

SORULAR:

1. Erkeklerin ileri yaşlarda karşılaştıkları önemli cinsel sorunları nelerdir? **Erkekler yaşlanmalarıyla beraber bir takım sağlık problemleri yaşamaktadır. Bunların ürolojik yani üro-genital sistemi ilgilendirenleri; işeme (prostat) bozuklukları, ereksiyon yani penis sertleşme bozuklukları, erken boşalma ve boşalma hacminde azalma, cinsel istekte azalma, peniste şekil bozuklukları (özellikle sertleşme olduğunda) ve orgazm bozuklukları en sık gördüklerimizdir.**
2. Sertleşme gücünü dediniz, sebepleri nelerdir? **Aslında bu sorunun cevabını tam anlamıyla verebilmek için genel hatlarıyla ereksiyon (sertleşme) fiziolojisine bakmak gereklidir. Erkeklerde penis ereksiyonun olabilmesi için bir kere şartların uygun olması yani seksüel olarak uyarılmaları gereklidir. Bu cinsel uyarılarla penisin süngerimsi yapısında bir gevşeme olacak ve bununla eş zamanlı olarak penise kan akışında artma olacaktır. 2. aşamada penise gelen bu kan peniste belirli ve yeterli bir süre kalacak ve ilişki için yeterli sertliği sağlayacaktır. Bu durumda sorunuza dönersek sertleşme gücünün nedenleri genel hatlarıyla uyarılmaya ait, penis dokusuna ait, penis damarlarına ve sinirlerine ait (arter ve ven) olabilir.**
3. Erkeklerde görülme sıklığı nedir? **40-70 yaş grubu erkeklerde değişik ülkelerde yapılan çalışmalarda ki buna ülkemizde dahildir ereksiyon bozukluğu görülme sıklığı %40 ila %70 arasındadır. Doğaldır ki bu oran yaş ve diğer yandaş başka hastalıklarla birlikte artmaktadır. Sağlıklı erkekler arasında Ereksiyon bozukluğu sıklığı ise %16 olarak bildirilmektedir. Bir başka deyişle her 6 sağlıklı erkekten 1'i Ereksiyon gücünden yakınmaktadır. 1995 yılında tüm dünyada 152 milyon ereksiyon gücünü çeken erkek olduğu hesaplanırken, bu rakamın 2025 yılında 322 milyon erkeğe çıkması beklenmektedir.**
4. Başka hastalıklarla birlikte görülür mü? Sebep sonuç ilişkisi var mı? **Yaşın dışında riskin arttığı bir takım hastalıklar mevcut bunları sıralayacak olursak: Hipertansiyon, Ateroskleroz (damar sertliği-tıkanıklığı), Diabet (şeker hastalığı), Depresyon, Dislipidemi (kolesterol yüksekliği), Pelyik, perineal, penil travma (geçirilmiş ameliyat veya kazalar), Nörolojik (sinirsel) hastalıklar, Endokrinopati (hormonal bozukluklar) ve kullanılan ilaçlar ve maddeler (özellikle sigara ve alkol)**
5. Sertleşme gücünü demek için durum ne kadar sürmeli? **Sertleşme gücünün tanımına bakacak olursak , başarılı bir cinsel ilişki için gerekli penis ereksiyonunu sağlayamama veya devam ettiremememe durumu olarak tanımlanmaktadır; fakat burada en önemli nokta bu durumun süreklilik göstermesi ve giderek kötüleşmesidir. Yani yukarda da bahsettiğim gibi bir takım koşulların oluşmadığı veya stres altındaki durumlarda zaman zaman ereksiyon oluşmayabilir. Burada önemli nokta hemen “ben iktidarsız oldum korkusuna kapılmamaktır”. İlla bir süre vermek gerekirse en az 3-6 aylık süreç boyunca tüm cinsel denemelerinde ereksiyonun oluşmaması veya sürdürülememesi durumunda inceleme gerekli olabilir.**
6. Teşhis için neler yapılır? **Teşhiste öncelikle kişiyle hatta eşiyle birlikte görüşerek problemin ereksiyon gücünü mü yoksa başka bir problem mi o ortaya konmalıdır. Tam bir fizik muayene yapılmalı daha sonrada kan tetkikleriyle yukarda saydığımız risk faktörlerinin varlığı araştırılmalıdır. Daha sonra sorunun organik mi yoksa**

- psikojenik mi ayrımının yapılması gereklidir. Bu amaçla da bir takım özel testler mevcuttur: Uyku testleri, penis damar yapısını gösteren ultrasonografler gibi.**
7. Sertleşme sorunu tedavisinde neler yapıyorsunuz? **Tedavide basamak tedavisi ismini verdiğimiz algoritmamız mevcuttur. Doğaldır ki öncelikle eğer mevcutsa yandaş risk hastalıklarının kontrolünü yapmaktayız (Şeker, hipertansiyon, kolesterol yüksekliği gibi). Daha sonra ağızdan alınan ilaçlar kullanılmaktadır (sildenafil, vardenafil, tadalafil). Genellikle hastalarımızda bu iki basamakla yüz güldürücü sonuç almaktayız. Eğer başarısız olunursa öncelikle bu ilaçların doğru kullanılıp kullanılmadığı sorgulanmalı eğer uygun doz ve şekilde kullanıldığı kesin ve yanıt alınamadıysa 3. basamağa geçilmelidir. Bu basamakta penis ve idrar yoluna uygulanan enjeksiyon ve pellet formunda ilaçlar bulunmaktadır. Bu aşamada vakum cihazları da denenebilir. Son çare olarak da halk arasında uzun yıllardır “mutluluk çubuğu” olarak adlandırılan penis protezlerini kullanmaktayız.**
 8. Tedavide ağızdan kullanılan ilaçlar etkili mi? **Bu ilaçlarla (sildenafil, vardenafil, tadalafil) genel etkinlik yandaş hastalıklardan bağımsız olarak %70-80’ler seviyesindedir.**
 9. Hangi sorunlarda bu tip ilaçlar öneriliyor? **Bugün için kabul edilen tek kullanım endikasyonu erkek ereksiyon bozukluğudur.**
 10. Bu ilaçlar iyileştirici mi yoksa sorun giderici mi? **Bu ilaçlar esasen sorun giderici olmakla birlikte bir takım özel durumlarda (ör: performans sıkıntısı veya prostat kanser ameliyatları sonrasında) sürekli kullanım sonrasında iyileştirici de olabilirler. Yani hastanın bir daha ilaca gereksinimi olmayabilir.**
 11. Bu ilaçların yan etkileri var mı? **Kullanılan tüm ilaçlarda olabileceği gibi bu ilaçlarında yan etkileri vardır. Bunlar: Baş ağrısı (En sık; %10-30), Sıcak basması (%10-20), hazımsızlık (%3-16), Burun akması (%1-11), Görme bozuklukları (%2-10), Kas ağrıları (%0-10). Fakat unutulmamalıdır ki bu yan etkiler hafif ve geçicidir ve yan etki nedeniyle ilaca devam etmeme oranı %2’den azdır.**
 12. İleri yaşlarda kullanımı kalp krizine neden oluyor mu? **Bu ilaçların kendisinin kalp krizine neden olması gibi bir durumu yoktur. Yalnızca kontrol altına alınmamış kalp hastalığı olanlar ve beraberinde “nitrat” içeren ilaç kullanan hastalarda ani tansiyon düşüklüğüne ve buna bağlı kalp sıkıntılarına neden olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.**
 13. İlaçları aldıktan ne kadar saat sonra etkisini gösteriyor? Ne kadar süreyle etkisi devam ediyor? **Üç ilaçta alındıktan sonra 1 saat civarında etkisi başlar, Sildenafil ve vardenafil’in 4-6 saat devam eder; tadalafilde ise etki süresi 36 saate kadar uzamaktadır.**
 14. Kadınlar üzerinde de etkili mi? **Kadınlarda yapılan çalışmalarda şu an için klinik olarak anlamlı bir iyileşmenin olmadığı tesbit edilmiştir.**
 15. Başka nedenlerle kullanılıyor mu? **Yasal ve etik açıdan şu an için ereksiyon bozukluğu dışında kullanımı yoktur fakat başka konulardaki çalışmalar devam etmektedir (erken boşalma, bazı akciğer hastalıkları gibi)**
 16. Gençler tarafından kullanımı doğru mu? Cinsel performanslarını artırıyor mu? Bağımlılık yapıyor mu? **Reçetesiz satıldığı için maalesef tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de gençlerin performans artırıcı olarak kullanabildiklerine tanık oluyoruz. Ereksiyon güclüğü olmayan bir insanda ereksiyonu daha da arttırması bu ilaçların beklenemez. Bağımlılık farmakolojik olarak yapmasa da yanlış kullanımda psikolojik olarak kişi ilaçsız yapamayacağı korkusuna kapılabilmektedir.**

17. ED sorunu olmadığı halde kullananlarda cinsel performans artışı sağlıyor mu? **Hayır, yalnızca ikinci ereksiyona geçiş süresini kısaltabilir.**
18. Bu ilaçları hangi doktorlar reçete edebilir? Reçetesiz alınabiliyor mu? Etkili olduğu başka alanlar var mı? **Yukarda cevabı sanırım verildi**
19. İnternet üzerinden satılan taklitlerinin güvenilirliği nedir? **Taklitlerinin hem güvenilirliği olmadığı gibi etkinliği de bilinmemektedir. Bu nedenle eczane dışı alımı son derece tehlikelidir.**
20. Türkiye ve Avrupa’ da kullanım oranları nedir? En çok hangi yaş grubu kullanıyor? **Net kullanım oranları bilinmese de tüm dünyada 1998 yılından itibaren 30 milyon erkeğin bu ilaçlardan kullandığı hesap edilmektedir. En çok da 40-70 yaş arasındadır.**
21. Utandığı için doktora başvurmayan hastaların oranı nedir? **Bu hastalarda doktora başvuru oranları hastalık yaygınlığını göz önüne alırsak son derece düşüktür. Yani ancak %5-10’lar seviyesindedir. Bu batı toplumlarında da çok yukarılara (En çok %20) çıkmamaktadır. Fakat hastalar tarafından unutulmaması gereken nokta bu durumun belkide bir kardiovasküler hastalığın habercisi olabileceği ve erken önlem alınması (Ör: yaşam tarzının değişikliği, kolesterol kontrolü, hipertansiyon ve şeker hastalığının düzenlenmesi, sigaranın bırakılması gibi) gerekliliğidir.**
22. ED sorununun hastalar üzerindeki psikolojik etkileri neler? **Bu hastalar da tabidir ki iş başarısı ve verimlilik düşmekte, sinirli ve gergin olmakta ve etraflarına da negatif enerji vermektedir. Bir süre sonra tabloya depresyonun da girmesi ile bu defa tedavi daha da zor hale gelebilmektedir.**
23. Bu sorun ile karşılaşmamak için erkeklere önerileriniz nelerdir? **Aslında satır aralarında bu sorunun cevabı verildi. Özetlemek gerekirse sağlıklı yaşam prensipleri dediğimiz; Sigarayı bırakma, tansiyonu 130/80 mmHg’nın altında tutma, Sağlıklı yeme paterni kazanma, yüksek riskte düşük doz aspirin kullanma, kolesterol seviyesini özellikle de LDL seviyesini düşük tutma, 30 dakika/gün egzersiz yapma, Vücut ağırlığını dengeleme (BMI 18.5-24.9 kg/m2), Kan şekerini < 110mg/dl’ altında tutma gibi durumlara dikkat edilmelidir. Son olarak da bugün için sertleşme güçlüğüne tedavi edilebilir bir hastalık olduğunun bilinmesi ve doktora gitmekten kaçınılması en önemli noktadır.**
- 24.