

# ΣΧΕΣΕΙΣ Πρώωρη εκσπερμάτιση: μια συχνή και πολύπλοκη διαταραχή

**Η** πρόωρη εκσπερμάτιση είναι ένα πρόβλημα το οποίο απασχολεί μεγάλο αριθμό ανδρών (το 30% σύμφωνα με πρόσφατες μελέτες) και για το οποίο έχουν δοθεί κατά καιρούς διάφοροι ορισμοί. Σύμφωνα με τον πιο πρόσφατο ορισμό είναι η μόνιμη ή υποτροπιάζουσα εκσπερμάτιση πριν ή λίγο μετά από την είσοδο στον κόλπο και σίγουρα νωρίτερα από την επιθυμία του ατόμου. Είναι μια διαταραχή η οποία προκαλεί σημαντικό stress στον άνδρα και μπορεί να είναι αιτία σημαντικών αναταράξεων στις σχέσεις με τη σύντροφο. Ο ιατρός θα πρέπει κατά τη διάγνωση να λαμβάνει πάντα υπόψη του διάφορους παράγοντες όπως το νεαρό της ηλικίας, μια καινούργια σύντροφο ή και η συχνότητα της σεξουαλικής πράξης που μπορούν να επηρεάσουν τον χρόνο της εκσπερμάτισης. Θα πρέπει να αναφέρουμε ότι μερικές φορές άνδρες που πάσχουν από στυτική δυσλειτουργία είναι πιθανόν να παρουσιάζουν και πρόωρη εκσπερμάτιση, διότι βιάζονται να ολοκληρώσουν πριν να χάσουν τη στύση τους. Τα αίτια της πρόωρης εκσπερμάτισης μπορεί να είναι είτε σπανιότερα οργανικά (προστατίτιδες, ουρηθρίτιδες, βραχύς χάλινός, νευρολογικές παθήσεις, χρήση ουσιών, διαταραχές του θυρεοειδούς),



**ΓΡΑΦΟΥΝ:**  
**Δρ Θάνος Ε. Ασκπής**  
 Νευρολόγος - Ψυχίατρος  
 Διδάκτωρ Ψυχιατρικής Πανεπιστημίου Αθηνών  
 Πρόεδρος Ινστιτούτου Ψυχικής και Σεξουαλικής Υγείας &  
**Δρ Κωνσταντίνος Α. Ρόκκας**  
 Χειρουργός Ουρολόγος - Ανδρολόγος  
 Διευθυντής Ιατρικού Κέντρου Σεξουαλικής Υγείας  
 Δωρεάν Συμβουλευτική Γραμμή Σεξουαλικής Υγείας  
 Δευτέρα-Παρασκευή 12.00-16.00  
 Τηλέφωνο 77.77.28.77

**Δωρεάν Συμβουλευτική Γραμμή Σεξουαλικής Υγείας**  
 Δευτέρα-Παρασκευή 12.00-16.00. Τηλέφωνο 77.77.28.77. Ιατρικό Κέντρο Σεξουαλικής Υγείας Θάνου Ασκπή, Κυριάκου Μάτση 6, Άγιος Δομέτιος, Λευκωσία.  
 Τηλ.: 22459555, 22459556 Fax: 22777197, www.asktis-cy.com

είτε κυρίως ψυχογενή. Επίσης πρέπει να διακρίνουμε τους πάσχοντες σε αυτούς που παρουσιάζουν το πρόβλημα από την αρχή της σεξουαλικής τους ζωής και σε αυτούς που το πα-

ρουσιάζουν αργότερα, μετά από ένα διάστημα φυσιολογικών σεξουαλικών σχέσεων. Μια άλλη αναγκαία διάκριση είναι ανάμεσα σε εκείνους που έχουν σε όλες τις σεξουαλικές

πράξεις αυτό το χαρακτηριστικό και σε εκείνους που το παρουσιάζουν κατά καιρούς. Με βάση τη βαρύτητα η πρόωρη εκσπερμάτιση μπορεί να ταξινομηθεί σε:

1) Σοβαρή: εκσπερμάτιση μέσα σε 15 δευτερόλεπτα ή σε 3 κολπικές κινήσεις.

2) Μέτρια: εκσπερμάτιση μέσα σε 15-30 δευτερόλεπτα ή σε 8 κολπικές κινήσεις.

3) Ελαφριά: εκσπερμάτιση μέσα σε 60-120 δευτερόλεπτα ή σε 10 κολπικές κινήσεις.

Η θεραπεία εξαρτάται από την αιτία. Στις ψυχογενείς μορφές υπάρχουν διάφορες τεχνικές όπως η "SQUEEZE TECHNIQUE" και "SEMAN'S MANEUVER" καθώς και άλλες μορφές σεξοθεραπείας. Στις δευτεροπαθείς οργανικές μορφές αντιμετωπίζουμε το αίτιο (π.χ. θεραπεία της προστατίτιδας). Στις πρωτοπαθείς μορφές αγνώστου αιτιολογίας έχουν χρησιμοποιηθεί διάφορες θεραπείες όπως τοπική χρήση αναισθητικών αλοιφών, χρήση προφυλακτικών με επιβραδυντικό υγρό κ.ά. Σήμερα στις περιπτώσεις αυτές χρησιμοποιούμε μικρές δόσεις αντικαταθλιπτικών φαρμάκων οι οποίες καθυστερούν αποτελεσματικά την εκσπερμάτιση, αλλά πρέπει να λαμβάνονται καθημερινά ανεξάρτητα από την ύπαρξη επαφής. Στο εξωτερικό κυκλοφορεί και ένα εκλεκτικό φάρμακο για την κατάσταση αυτή, η βταποξετίνη, και λαμβάνεται κατ' επήληψη πριν από τη σεξουαλική επαφή.

## Τρίτο επιστημονικό συνέδριο του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης

# Η έρευνα στην πράξη

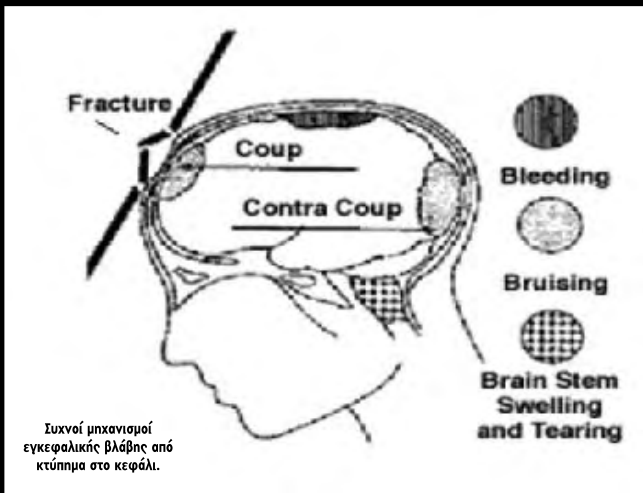


**Αύριο** Δευτέρα 30/9/2013 θα διεξαχθεί το τρίτο επιστημονικό συνέδριο του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης στο Πανεπιστήμιο Κύπρου. Στο συνέδριο θα παρουσιασθούν τη δουλειά τους διακεκριμένοι επιστήμονες από το εξωτερικό και την Κύπρο. Οι ομιλίες θα συμπεριλάβουν αποτελέσματα ερευνών που αφορούν πληθυσμούς παιδιών και ενηλίκων και καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα διαταραχών όπως δυσλεξία, κοινωνικό άγχος, πεισματική συμπεριφορά, επιληψία, κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις, γήρανση. Επιπρόσθετα θα παρουσιαστούν αποτελέσματα από ερευνητικές δουλειές που αποσκοπούν στην καλύτερη κατανόηση γνωστικών λειτουργιών όπως μνήμη και γλώσσα, χρησιμοποιώντας σύγχρονη τεχνολογία. Οι έρευνες που διεξάγονται στο κέντρο έχουν στόχο την κατανόηση των λειτουργιών του εγκεφάλου και κατ' επέκταση της ανθρώπινης συμπεριφοράς με στόχο την εφαρμογή των αποτελεσμάτων στην κοινωνία. Και εγνώ με το ακόλουθο παράδειγμα.



Της Φύλλης Κωνσταντινίδου

Είναι πρωινό Δευτέρας... Ξυπνάμε στις 6:20 με τον ήχο του ξυπνητηριού... Ξηλωμένα υδατικά από το κρεβάτι και με τα μάτια μισόκλειστα ακόμη πάμε στην κουζίνα για να ετοιμάσουμε το πρωινό καφέ/τσάι. Βρίσκουμε όλα τα χρειώδη, βάζουμε τη σωστή ποσότητα νερού και δοσολογίας καφέ-τσάχαρης, προσθέτουμε γαλατάκι και παράλληλα σκεφτόμαστε το πρόγραμμα της μέρας. Μετά από λίγα λεπτά, καθώς απολαμβάνουμε τις πρώτες γουλιές από το τέλειο χαρμάνι, έχουμε ήδη αποφασίσει πώς θα οργανώσουμε το πρωινό ώστε να φέρουμε τις δουλειές μας εις πέρας. Η πρωινή ρουτίνα είναι ένα παράδειγμα διαδικασιών που εμπλέκει συγκεκριμένους μηχανισμούς της μακρόχρονης μνήμης και ονομάζεται διαδικαστική μνήμη. Οι αλληλουχίες κινήσεων χρειάζονται κινητικό συντονισμό και σωστή ανάκληση των βλημάτων για το καλύτερο αποτέλεσμα. Άλλα παραδείγματα διαδικαστικής μνήμης συμπεριλαμβάνουν την ποδηλασία, την εκτέλεση γνωστών συνταγών, το παιχνίδι τζαριό, την οδήγηση αυτοκινήτου καθώς και



αρκετές συνθησισμένες διαδικασίες στη δουλειά μας... Αρχικά, όταν ο άνθρωπος προσπαθεί να μάθει κάτι καινούργιο που συνδέεται την κίνηση και αλληλουχία βλημάτων, χρειάζεται προσοχή και συγκέντρωση ώστε να κατανοήσει τα επιμέρους βήματα, να τα αποστηθεί και ταυτόχρονα να μπορεί να εκτελεί τις κινήσεις με συντονισμό και ομαλότητα... Θυμάστε όταν πρωτομαθαίνατε να οδηγείτε, ή όταν προσπαθούσατε να εκτελέσετε τις πρώτες φιγούρες για το σαρτάκι/salsa/hiphop; Πόσο συγκέντρωση, κόπος χρειαζόταν, και πώς οι κινήσεις ήταν κάποτε άσπαστες και άχαρες; Για να μπορείσει η καινούργια ρουτίνα να γίνει αυτοματοποιημένη ώστε να μην απαιτεί αρκετή συγκέντρωση και σκέψη, χρειάζεται συχνή και συστηματική επανάληψη. Είναι σημαντικό ο άνθρωπος να μπορεί να αξιοποιεί αυτό το είδος μνήμης στην καθημερινότητά του ώστε να αποδομηθεί ανώτερες εγκεφαλικές λειτουργίες (συλλογισμό, κρι-

διάζουν μνήμη και κινητικές δεξιότητες ενεργοποιούνται νευρωνικά δίκτυα που εμπλέκουν οφθαλμικές και υποφθαλμικές εγκεφαλικές περιοχές όπως ο προμετωπιαίος λοβός (συγκέντρωση, οργάνωση κινήσεων), η αριστερή κροταφική περιοχή (γλωσσικές δεξιότητες, διό ο άνθρωπος συνήθως επαναλαμβάνει τα βήματα λεκτικά, έστω και ενδομυικά), η μέση κροταφική περιοχή (εργαζόμενη μνήμη για την αποστήθιση των βλημάτων), η παρεγκεφαλίδα (για την εκμάθηση καινούργιας αλληλουχίας κινήσεων) τα βασικά γάγγλια (κράνη στρατηγική και ανάκληση από διαδικαστική μνήμη), κινητικές περιοχές (οφθαλμικές και υποφθαλμικές) για τη στρατολόγηση του κινητικού συστήματος κ.ά. Για αυτό τον λόγο ο συστηματική εξάσκηση και απόκτηση καινούργιων δεξιοτήτων ενθαρρύνεται στους ηλικιωμένους ώστε να δημιουργούνται καινούργια νευρωνικά δίκτυα και να ενισχύεται η νευρωνική πλαστικότητα. Επιπρόσθετα, έρευνες που γίνονται στο Κέντρο Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης με ασθενείς που έχουν υποστεί κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις δείχνουν πως, ακόμη και χρόνια μετά το εγκεφαλικό τραύμα, οι ασθενείς μπορεί να δυσκολεύονται στην εκμάθηση καινούργιων πληροφοριών. Αυτό με τη σειρά του επιδρά αρνητικά στη σχολική επίδοση (σε παιδιά ή φοιτητές) ή την επανένταξη στον εργασιακό χώρο (ενήλικες). Η δυσκολία αυτή οφείλεται στη δική τους ατονικές και εσπαστικές βλάβες που προκαλούνται από το σοβαρό τραύμα (βλ. εικόνα). Στο Κέντρο διερευνούμε την σχέση μεταξύ σοβαρότητας εγκεφαλικής βλάβης και του εύρους των διαταραχών μνήμης. Χρησιμοποιούμε νευροψυχολογικές μετρήσεις της μνήμης σε συνδυασμό με πειράματα στον υπολογιστή και μεθόδους νευροεπακόσμησης (MR). Τα παραπάνω είναι παραδείγματα ερευνών που θα παρουσιαστούν στο τρίτο επιστημονικό συνέδριο του Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης. Το συνέδριο είναι ανοικτό προς το κοινό και θα λάβει χώρα στο Κέντρο Κοινωνικών Δραστηριοτήτων, Αρ 07, αίθουσα 10 από τις 9:00-15:00. Για περαιτέρω πληροφορίες για το συνέδριο ή για τις έρευνες που διεξάγονται στο ΚΕΝ, αποταθείτε στο 22 89 5190, στην ιστοσελίδα μας στο <http://can.uyc.ac.cy> ή στο [can@uyc.ac.cy](mailto:can@uyc.ac.cy).

\* Καθηγήτρια Ψυχολογίας  
 Διευθύντρια Κέντρου Εφαρμοσμένης Νευροεπιστήμης