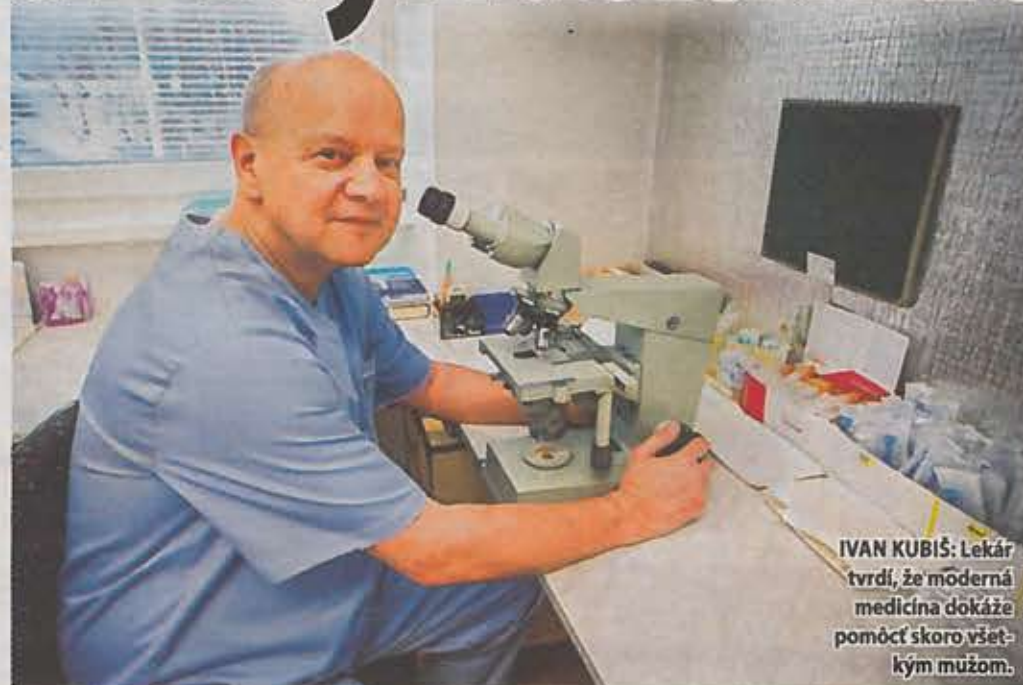


MUDr. Ivan Kubiš, odborník na mužskú neplodnosť

S erekciou majú problémy už štyridsiatnici!

ROZHOVOR
NA NEDEĽU



IVAN KUBIŠ: Lekár tvrdí, že moderná medicína dokáže pomôcť skoro všetkým mužom.

JURAJ ČERVENKA • FOTO MAJO PEIGER, PROFIMEDIA.SK

Stres, vyčerpanosť, chronické zdravotné problémy... Trápenia, s ktorými zápasí čoraz viac Slovákov, dokonca aj veľmi mladé ročníky. Bohužiaľ, tento negatívny trend dopadá na zdravie celej populácie - neplodnosť je postrachom mnohých párov. Moderná medicína však vie pomôcť. Ako? Na to sme sa spýtali špičkového slovenského odborníka na neplodnosť Ivana Kubiša.

❗ Pôrodnosť na Slovensku klesá, počať dieťa je často veľmi zložitá aj pre mladé páry. Prečo?

Bohužiaľ, množstvo štúdií potvrdzuje, že plodnosť mužov sa zhoršuje na celom svete. Vyplyva z nich, že asi 40 % mužskej populácie v celosvetovom me-

radle má zníženú kvalitu spermií. Výskumy v Rakúsku potvrdzujú, že u neplodných párov je porucha plodnosti zaznamenaná v 28 % u žien, v 60 % u mužov a v 12 % spoloč-

ne u oboch partnerov. Prieskumy na Slovensku potvrdzujú podobné percentá, žiaľ, v pároch, kde nedochádza k otehotneniu, má problematický spermioGRAM vyše 60 % mužov.

❗ Myslíte, že počet neplodných ľudí bude postupne narastať?

Môj názor na vývoj do budúcnosti je rovnako pesimistický, ako predpovedajú výskumy, teda plodnosť párov sa bude naďalej zhoršovať.

❗ V pároch, kde sa nedarí otehotnieť, má zlý spermioGRAM až 60 % mužov. Je oveľa častejšie spôsobovaný práve zníženou plodnosťou muža.

❗ Kde hľadať príčiny tohto problému? A existu-

je vôbec nejaké jeho riešenie?

Treba sa zamyslieť, čo sa zmenilo v našom živote, prečo sa tak znižuje plodnosť mužov? Myslím si, že k dôvodom patria

stres, alkohol, nedostatok pohybu, nadváha, nadmerné užívanie liekov, zlá strava a škodliviny v životnom prostredí. O vlastnostiach surovín, ktoré nám ponúkajú v obchodoch, väčšinou ani netušíme. Ak chceme niečo mužom odporučiť, tak určite zdravý životný štýl. A kvalitné vyšetrenie a liečbu u andrológa, nie u gynekológa.

❗ S akým problémom sa

na vás muži najčastejšie obracajú?

Najčastejším problémom je tzv. erektilná dysfunkcia, teda neschopnosť dosiahnuť alebo udržať erekciu. V minulosti bol zaužívaný aj pojem impotencia. Je to veľmi častá porucha, ktorá negatívne ovplyvňuje kvalitu života muža, jeho partnerky či rodinný život. Často hovorím, že keď pacienta vyliečime, ozdravujeme aj slovenskú ekonomiku. Tento problém totiž znižuje mužovo sebavedomie, spôsobuje chronický stres a tak aj stratu úspechov v práci a obchodoch či pokles imunit-



STRACH: Iba 10-20 % mužov, ktorí majú problémy, vyhľadajú odbornú pomoc.

Info RAS

KTO JE...

MUDr. Ivan Kubiš (61)

Sexuológ a urológ, ktorý má 36 rokov medicínskej praxe. 20 rokov pracoval na Urologickom oddelení Rooseveltovej nemocnice v Banskej Bystrici, v súčasnosti pracuje v andrologickej ambulancii (špecializuje sa na liečenie mužskej neplodnosti) Diagnosticko-preventívneho centra v Banskej Bystrici, kde poskytuje komplexnú starostlivosť párom s poruchami plodnosti a so sexuálnymi problémami. Má špecializačnú atestáciu I. a II. stupňa z urológie a atestáciu z lekárskej sexuológie. Je prezidentom Spoločnosti za zdravý sexuálny život, člen Výboru Slovenskej sexuologickej spoločnosti, Krajský odborník pre sexuológiu. Absolvoval niekoľko zahraničných stáží, je držiteľom viacerých tu-zemských aj zahraničných certifikátov.

Je to naozaj jednoduché Recepty vysvetlené krok za krokom!

Cas pre ženy PEČIEME podľa obrázkov 2

54 sezónnych koláčov a toriet

Plus Veľa užitočných rád a trikov

Tradície aj zdravé alternatívy sladkých aj slaných koláčov na celý rok

Pozrite,
ako ľahko, chutne aj zdravo sa to dá!

JEDINEČNÁ KUCHÁRSKA KNIHA S FOTOGRAFIAMI POSTUPOV

Kucharky.SK

Nájdete v každom dobrom stánku, vo vybraných knihkupectvách a na www.kucharky.sk alebo 0907 779 077.

Práve v predaji!

Problém nie je v hlave, ale v tele

→ pokračovanie zo strany 26

nej obrany.
Co treba hľadať za tým, keď muž „nefunguje“ tak, ako má?

Zvykne sa vraviť, že problém má muž vo svojej hlave. To je však veľký mýtus. Až v 80 % je erektilná dysfunkcia spôsobená telesnými príčinami, najčastejšie ochoreniami srdcovocievneho systému a cukrovkou. Môže však prezrádzať aj rakovinu prostaty. Často sa stáva, že muž s poruchou erekcie napokon zomrie na infarkt. Jeden problém totiž predznamenával ďalší.

Koľko slovenských mužov trpí erektilnou dysfunkciou? A chodia k lekárovi, alebo sa za to hanbia?

S erekciou má podľa štatistik problém až 500 000 Slovákov. Existuje taká jednoduchá rovnica – 40 % štyridsiatnikov, 50 % päťdesiatnikov atď. Žiaľ iba 10, maximálne 20 % mužov ide so sexuálnymi problémami za lekárom.

Aká je úspešnosť liečby? Existujú vôbec neriešiteľné prípady?

Problém vyriešime naozaj takmer vždy. Muž môže použiť modrú tabletu,

ktorej účinnosť je približne 80 %.

Ak nezaberie, máme ďalšie druhy tabliet

s podobnou účinnosťou, takže možnosť neúspechu sa neustále znižuje. Napokon existujú ešte iné spôsoby, napr. injekcie do penisu. Bez nádejného prípadu neexistuje.

Aké druhy tablietiek na erekciu sú na trhu?

Prvú skupinu tvoria lieky, ktoré treba užiť asi hodinu pred stykom. Účinnosť potom trvá približne päť hodín, pacient však musí zažiť vzrušenie. Lekár však často zabudne spomenúť veľmi dôležitú vec. Treba ich užívať nalačno, aspoň tri hodiny pred-

tým by pacient nemal jesť. Inak môže byť účinok slabý. Potom existuje tzv. víkendová tabletka. Táto má účinnú látku, ktorá priaznivo pôsobí na cievy až

36 hodín. Nezáleží, či liek užijete sýty, alebo hladný. Erekcia sa dostaví pri sexuálnom vzrušení, pacient tak nemusí veľmi kalkulovať s časom.

A čo nežiaduce účinky, zaznamenali sa nejaké?

Tieto tabletky nemajú žiaden negatívny vplyv na plodnosť či kvalitu spermií. Iba veľmi malá časť pacientov spomínala napr. bolesť hlavy či svrbenie a začervenanie očí.

Na rôznych internetových serveroch sa často muži sťažujú na ďalší problém a to veľmi skoré vyvrcholenie. Čo s tým?

Aj tento problém vieme účinne liečiť, existujú totiž tabletky, ktoré vyvrcholenie, teda ejakuláciu oddialia. Avšak treba predtým zistiť, že problém nespôsobujú iné skutočnosti, napr. zúžená predkožka a krátka uzdička. Vtedy pomôže jednoduchý chirurgický zákrok.

V reklamách mužom často ponúkajú voľne dostupné prípravky priam so zázračným účinkom na mužnosť. Fungujú?

Sú to vyhodené peniaze, v najlepšom prípade tieto prípravky fungujú ako placebo. Pacient uverí v účinnok neúčinnnej látky. Netreba však podliehať reklame, ktorá sľubuje jednoduché riešenie. Veľkým problémom sú aj falšované lieky, teda falošné kópie originálov. Dajú sa zohnať cez internet, nemajú však napr. príbalový leták. Tieto po-

dozrivé tabletky neodporúčam užívať. Neobsahujú účinnú látku, dokonca môžu obsahovať zdravie škodlivé prvky.

Existujú tabletky, ktoré dokážu vyvrcholenie oddialiť?

Má 54 rokov, je ženatý, diabetik, alebo hypertónik, teda trpí vysokým krvným tlakom. Užíva chronicky aspoň jeden liek a sex nemal už mesiace. Väčšina pacientov túži po tom, aby nemuseli plánovať svoje sexuálne aktivity.

Hoci ide o vážnu problematiku, určite ste počas vašej praxe zažili aj úsmevné príhody.

Áno, jednému vysokopostavenému činiteľovi spadla modrá tabletka do umývadla a odplávala. Skoro ho porazilo, bola totiž jediná, ktorú mal. Bol u mňa aj jeden rímsky pacient, ktorý si neprečítal návod, nepočúval moje poučenia a pre väčší efekt si napichal naraz do penisu viac injekčných dávok. Cez víkend sa ehvállil nezničiteľnou sexuálnou silou, no spôsobil si tzv. priapizmus. Ide o dlhodobú bolestivú erekciu, ktorú som musel riešiť, keďže hrozilo trvalé poškodenie penisu. □



INJEKCIE DO PENISU: Dnes lekári aj pacienti dávajú prednosť tabletkám.

VÝVOJ LIEČBY EREKILNEJ DYSFUNKCIE

Ešte v 90. rokoch sa problém dočasne riešil pomocou injekcií. Tie účinkovali nezávisle od sexuálnej stimulácie. Od roku 1998 mohli pacienti používať modrú tabletu s dočasným účinkom niekoľkých hodín. Dnes napr. existujú lieky, ktoré účinkujú 36 hodín pri sexuálnej stimulácii. Vďaka správnej liečbe môže mať pacient postupne sexuálny život ako pred erektilnou dysfunkciou.