



**Neandertálci jako malíři?**  
Nejstarší malby nemusel vytvořit Homo sapiens

Strana 19

**Psycholog o pohybu očí**  
Rozhovor s laureátem Prémie O. Wichterleho

Strana 20



STŘEDA 20. ČERVNA 2012

LIDOVÉ NOVINY

## Porucha erekce je varování

Poruchy erekce trápí podle různých odhadů každého **pátého až desátého muže**. Odborníka ale navštíví jen každý desátý, který tímto problémem trpí. Ostatní se o něm **stydí mluvit** nebo si pomáhají pofiderními **přípravky s nejistými účinky**. Přitom jde často o první příznak vážné nemoci.

EVA VLČKOVÁ

**V**ýkonnost mužů v sexuální oblasti je obvykle poměřována spolehlivostí erekce. Tento „falický komplex“ má podle odborníků své objektivní důvody: penis je pro muže významnou erotogenní zónou, erekci nelze dost dobře předstírat a je významným zdrojem vnitřní jistoty a sebevědomí muže.

„Nedostatečná erekce buď znemožňuje, nebo ukončuje kopulaci. Muž je přitom tradičně nositelem hlavní odpovědnosti za kvalitu pohlavního života páru,“ připomíná docent Jaroslav Zvěřina, přednosta Sexuologického ústavu 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.

Pokud má muž s erekcí problém půl roku, hovoří lékaři o tzv. erektilní dysfunkci. „Je to trvalá neschopnost dosáhnout nebo udržet dostatečnou erekci pro uspokojivý sexuální styk,“ uvádí profesor Dalibor Pacík, přednosta Urologické kliniky Fakultní nemocnice Brno.

Jenže muži se na toto téma zdráhají mluvit. Zatímco ženy spolu gynekologické a sexuální problémy často probírají, muži si je obvykle nechávají pro sebe. Pak se ale snadno může stát, že podcení svůj zdravotní stav a zanedbají vážná onemocnění.

### Problém stárnoucí populace i mladších ročníků

Poruchy erekce trápily muže vždy, ale víc se o nich začíná mluvit až v posledních letech. Jednak se dostaly víc do povědomí laiků i lékařů (především díky novým lékům, které dokážou účinně pomoci), ale zároveň takto postižených mužů přibývá. Do jisté míry je to dáno tím, že naše populace stárne a poruch erekce výrazně přibývá kolem 60. roku věku – v této věkové kategorii jimi trpí téměř každý druhý, takže starší muži statistiky zvyšují.

500–800 tisíc mužů v Česku trpí poruchami erekce



pouze každý 10. vyhledá odborníka

Foto: Shutterstock / heli

Erektivní dysfunkce mohou mít více různých příčin a ne vždy je na první pohled snadné je odhalit. Mohou být psychického rázu a vzniknout například vlivem stresu, únavy a špatného spánkového režimu, partnerského nesouladu nebo sníženým zájmem o partnerský sex.

Pak je namístě psychoterapie a případně sexuologická poradna. Někdy se tato porucha objeví jako vedlejší účinek užívání léků, například při léčbě vysokého tlaku. V takovém případě je záhodno navštívit lékaře, který může zvolit jiný, vhodnější lék.

V řadě případů ale mohou být poruchy erekce varováním, že se v těle schyluje k většímu problému. Může totiž jít o první příznaky onemocnění, jako je vysoký krevní tlak nebo cukrovka. „V počátcích se neprojevují žádnými obtížemi a mohou zůstat nediodagnostikovány několik let. Když přinesou zdravotní komplikace, je už často pozdě,“ říká profesor Štěpán Svačina, přednosta 3. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze.

Lékaři mohou provádět řadu vyšetření, která pomohou cévní onemocnění odhalit. Například vyšetřením bílkovin v moči nebo posouzením cév v oku a na očním pozadí či ultrazvukem cév na krku a dolních končetinách. „Moderní medicína ví však ještě o jedné možnosti, jak aterosklerózu včas rozpoznat. Cévy penisu jsou velmi jemné, tenčí než cévy srdce či mozku. Jejich postižení se projevuje právě erektilní dysfunkcí, tedy ztrátou schopnosti ztopoření,“ vysvětluje profesor Štěpán Svačina.

Typickou organickou příčinou erektilní dysfunkce je tedy podle něj právě aterosklerotické postižení tepen, které může vyvolat například cukrovka, obezita, vysoký krevní tlak či zvýšené hladiny krevních tuků.

„Poruchy erekce lze zcela jistě považovat za civilizační chorobu, protože často jsou důsledkem nemoci, které mezi civilizační patří – jako například vyšší krevní tlak nebo cukrovka,“ říká profesor Štěpán Svačina. S tím souvisí také to, že erektilní dysfunkce postihuje stále mladší ročníky. „Průměrný věk vzniku cukrovky 2. typu se posu-

nul za posledních dvacet let asi o deset let dolů. Ve věku čtyřiceti let se vyskytuje zcela běžně, dříve to byla extrémní vzácnost. S tlakem je to podobné,“ říká internista a obezitolog Štěpán Svačina.

### Malý test napoví, kde je příčina

Pokud má muž podezření, že s jeho sexuální výkonností není všechno v pořádku, ale navštívit odborníka se stydí, nabízí se ještě jedno řešení: může si zakoupit (například na internetu, cena se pohybuje řádově od 50 do 100 korun) jednoduchý „známkový test“ – perforovaný proužek papíru, který připomíná řadu poštovních známek. Nalepí si ho před usnutím na penis a do rána zjistí, zda došlo ke spontánní spánkové erekci. Pokud ano, pásek je ráno přetřesený.

Tak muž získá první nápovědu, v čem mohou jeho potíže spočívat: zda jsou psychického rázu, nebo zda mají organickou příčinu. V případě, že se pásek do rána přetřhl, znamená to, že po fyziologické stránce funguje všechno správně a je třeba hledat problém v hlavě.

„Jako každý test ani tento není absolutní, spolehlivost zpravidla zvyšuje jeho opakování. Je však jednoduchý, nerizikový a relativně levný a jako takový ho můžu doporučit,“ říká profesor Dalibor Pacík.

Podle sexuologa Jaroslava Zvěřiny lékaři obvykle při vyšetření používají jiné metody – erekci zpravidla vyvolávají injekcí, která rozšiřuje cévy. „Mužů, kteří by sami nevěděli, jak jsou na tom s erekcí, asi nebude mnoho. Ale pokud jsou, jako pomocná metoda, která jim napoví, jak na tom jsou, může tento známkový test posloužit,“ říká docent Zvěřina.

V každém případě se ale odborníci shodují, že nejjistější cestou je překonat stud a navštívit odborníka, například sexuologa či urologa. Jenom podrobná anamnéza může příčiny spolehlivě odhalit. Obvykle se zaměřuje na celkový zdravotní stav, sexuální funkce, dlouhodobé užívání léků a psychosociální zázemí pacienta. Dále lékaři zjišťují, zda je sexuální dysfunkce závislá na vlivech prostředí, na partnerovi nebo zda se dostaví při masturbaci.

**Pokračování na straně 18**

## Události týdne ve vědě a ve zdravotnictví

Zdroj: ČTK, ZDN.CZ, LN Foto: archiv LN, Shutterstock / hell

### 1 Přísnější umělé oplodnění

■ Poslanci navrhli zpřísnit podmínky pro umělé oplodnění prostřednictvím anonymního dárcovství zárodečných buněk. Novelou chtějí zabránit tomu, aby mezi původci buněk byl příbuzenský vztah, což současná úprava připouští. Předloha by také umožnila takto počatým dětem zjistit, kdo je jejich biologický rodič.



### 2 Povinné sdílení dat

■ Ministerstvo zdravotnictví chce uzákonit pro zdravotníky povinnost účasti v celonárodním systému sdílení patientských dat, který začíná budovat. Právě na nepovinném zapojení zdravotníků zkrachoval projekt elektronických zdravotních knížek IZIP. Zdravotní pojišťovny soudí, že levnější by bylo využít systémy, které už vyvíjely, a propojit je.



### 3 Otroci chytrých obrazovek

■ Lidé riskují své zdraví tím, že používají chytré telefony, tablety a notebooky i po odchodu z práce, upozorňuje britské fyzioterapeutické sdružení. Lidé se podle něj stali „otroky obrazovky“ a často pracují i cestou domů nebo doma. Špatně přitom drží tělo, což může vést k bolestem zad a šije.



### 4 Zemřel zakladatel registru pro dárce kostní dřevě

■ V Plzni zemřel v neděli ve věku 57 let primář Hematologicko-onkologického oddělení plzeňské fakultní nemocnice a průkopník transplantací kostní dřevě v ČR Vladimír Koza. Před 20 lety stál v Plzni u vzniku Českého národního registru dárců dřevě (ČNRDD), jenž patří k nejúspěšnějším registrům kostní dřevě na světě.



### 5 Céva z kmenových buněk

■ Švédští lékaři nahradili zablokovanou srdeční cévu desetileté dívky žílu vypěstovanou v laboratoři z jejích vlastních kmenových buněk. Otevírá se tak cesta k využívání lidských embryonálních kmenových buněk u pacientů odkázaných dosud na srdeční by-pass.

