ΤΟ SEX ΓΙΑΤΡΙΚΟ ΓΙΑ ΤΑ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

Δημοσιεύθηκε από kris - 25/01/2010 09:00

Το σεξ απομακρύνει τα καρδιαγγειακά νοσήματα

Ημερομηνία δημοσίευσης: 22 Ιανουαρίου 2010

Η συχνή σεξουαλική δραστηριότητα απομακρύνει τον κίνδυνο καρδιαγγειακής νόσου, σύμφωνα με νέα έρευνα που πραγματοποιήθηκε σε άντρες.

Όπως σημειώνουν στο περιοδικό 'American Journal of Cardiology', ερευνητές, ανακάλυψαν ότι άντρες με χαμηλή συχνότητα σεξουαλικής δραστηριότητας αντιμετωπίζουν αυξημένο κίνδυνο καρδιαγγειακής νόσου.

Οι άντρες που ανέφεραν ότι ήταν σεξουαλικά δραστήριοι μια φορά το μήνα ή λιγότερο αντιμετώπιζαν αυξημένο κίνδυνο καρδιαγγειακών νόσων σε σύγκριση με άντρες που ανέφεραν σεξουαλική δραστηριότητα δυο φορές την εβδομάδα ή περισσότερο, σημειώνει η ερευνήτρια Susan A. Hall, του Ερευνητικού Ινστιτούτου New England.

Προηγούμενες έρευνες εξέτασαν τη σχέση μεταξύ της στυτικής διαταραχής και των καρδιαγγειακών νόσων, αλλά η νέα έρευνα είναι η πρώτη που εξετάζει τη συχνότητα της σεξουαλική δραστηριότητας και τον κίνδυνο για καρδιαγγειακά νοσήματα ανεξάρτητα από τη στυτική διαταραχή.

Η Hall και οι συνεργάτες της εξέτασαν για ύπαρξη στυτικής διαταραχής και άλλους παράγοντες σεξουαλικής λειτουργίας, όπως η επιθυμία. Η έρευνα πραγματοποιήθηκε σε 1.165 άντρες ηλικίας 50 ετών κατά μέσον όρο οι οποίοι δεν είχαν ιστορικό καρδιαγγειακής νόσου στη έναρξη της έρευνας, Από τους συμμετέχοντες, 213 εμφάνιζαν στυτική διαταραχή. Οι συμμετέχοντες παρακολουθήθηκαν για 16 χρόνια κατά μέσον όρο.

Οι ερευνητές ανακάλυψαν ότι υπήρχε αυξημένος κίνδυνος εμφάνισης καρδιαγγειακής νόσου σε συνάρτηση με τη μειωμένη συχνότητα σεξουαλικής δραστηριότητας.

Σε σύγκριση με άντρες που ανέφεραν σεξουαλική δραστηριότητα τουλάχιστον 2-3 φορές την εβδομάδα, άντρες που είχαν επαφή μια φορά το μήνα ή λιγότερο εμφάνιζαν αυξημένο κίνδυνο για καρδιαγγειακή νόσο κατά 45% την περίοδο που διήρκεσε η έρευνα. Οι ερευνητές έλαβαν υπόψη παράγοντες όπως η ηλικία και πιθανή ύπαρξη στυτικής διαταραχής.

Όπως γράφουν οι ερευνητές, τα αποτελέσματα υποδεικνύουν ότι η χαμηλή συχνότητα σεξουαλικής δραστηριότητας προβλέπει τον κίνδυνο καρδιαγγειακής νόσου ανεξάρτητα από τη στυτική διαταραχή και ότι η εξέταση της σεξουαλικής δραστηριότητας μπορεί να είναι κλινικά χρήσιμη.

Οι ερευνητές εξέτασαν επίσης το ρόλο της επιθυμίας και την ικανότητα για σεξουαλική δραστηριότητα ως πιθανούς παράγοντες στον κίνδυνο για καρδιαγγειακά προβλήματα. Η Hallδήλωσε ότι οι άντρες που είναι σεξουαλικά ενεργοί πιθανόν εμφανίζουν επιθυμία και ικανότητα για άσκηση. Έτσι η ικανότητα για σεξ μπορεί να αποτελεί ενδεχομένως δείκτη για τη συνολικότερη εικόνα της υγείας. Πρόσθεσε ότι οι άντρες που έχουν σεξουαλική επαφή τακτικά μπορεί να είναι περισσότερο πιθανό να βρίσκονται σε στενή σχέση με μόνιμη σύντροφο, γεγονός που θα μπορούσε να βελτιώσει την υγεία μέσω της μείωσης του στρες και της κοινωνικής στήριξης.

Η έρευνα υποδεικνύει ότι οι γιατροί θα μπορούν να έχουν στοιχεία σχετικά με την κατάσταση του καρδιαγγειακού συστήματος και τον κίνδυνο των ασθενών ρωτώντας σχετικά με τη σεξουαλική τους ζωή. Το μήνυμα που προκύπτει για τους άντρες, από την έρευνα, δήλωσε η Hall, είναι πως η σεξουαλική υγεία μπορεί ενδεχομένως να προβλέψει τη ν υγεία του καρδιαγγειακού συστήματος και οι άντρες θα πρέπει να απευθύνονται στον γιατρό τους αν αντιμετωπίζουν στυτική δυσλειτουργία ή σεξουαλικά προβλήματα.
Πηγές: ‘American Journal of Cardiology’.

==========