



*“Da quando mio marito ha iniziato ad avere dei deficit erettile, la nostra coppia è entrata in crisi. Vorrei aiutare mio marito, gli sono sempre stata vicino, ma vorrei da lei dei consigli per potergli essere davvero utile nel superare questo suo momento molto delicato. Come posso guidare mio marito nel cammino verso una sessualità più appagante sia per lui ma anche per me? Infatti non nego che queste sue difficoltà rendono la nostra intesa sessuale sempre meno soddisfacente”*

Suo

marito è un uomo fortunato poiché ha accanto una donna molto sensibile e attenta che, anche nei momenti di difficoltà, mostra di voler essere complice e di aiuto nel superare un momento molto delicato, come quello di avere un deficit erettile.



*Dott. Marco Rossi*

È normale che una vita sessuale poco appagante possa creare delle incomprensioni nella coppia, poiché la sfera sessuale è uno dei pilastri su cui si fonda l'armonia della coppia. Il fatto che lei voglia collaborare e aiutare suo marito a risolvere le sue difficoltà sessuali è sicuramente un ottimo inizio per “combattere e sconfiggere” uno dei principali nemici della coppia, infatti la disfunzione erettile può realmente mandare in crisi la coppia!

Se l'uomo fa 'cilecca' sotto le lenzuola, si crea un circolo vizioso che lo porta sempre di più a vivere con disagio e in modo 'problematico' la propria virilità. Un ruolo fondamentale per affrontare al meglio il problema lo ricopre la donna e lei si è subito dimostrata disponibile per aiutare suo marito. La maggior parte delle donne, magari consapevole della necessità di rivolgersi a uno specialista, non sa bene come comportarsi. Ecco allora qualche consiglio che vorrei darle, per aiutarla a capire come comportarsi:

1. Se con il suo partner si verificano episodi di deficit erettile, si ricordi di avvicinarsi a lui con comprensione e attenzione, accogliendolo e confortandolo, in modo sereno e tranquillo.
2. Eviti di essere soffocante o aggressiva, ma

cerchi di ‘portare fuori’ il problema dalla vostra coppia. La disfunzione erettile, è un problema/patologia che interessa milioni di uomini e la soluzione va ricercata insieme, con complicità all’interno della coppia stessa.

3. Insegni al suo partner ad accettare il problema: servirà a tenere sotto controllo la sua ansia e a orientarlo alla soluzione, oggi possibile nella maggioranza dei casi.
4. Non prenda per buona la “teoria dello stress”: spesso, infatti, molti uomini addebitano alla tensione le proprie, reiterate, defaillance sessuali. Non è sempre così. La maggioranza dei casi è, invece, associata a problemi fisici o è un effetto collaterale di alcuni farmaci, quali antipertensivi o antidepressivi.
5. Ricordi che i deficit erettili sono, in 8 casi su 10, il primo campanello d’allarme per una possibile insorgenza di altre patologie, prime tra tutte le malattie cardiovascolari o il diabete.
6. Sappia che fumo, alcol, diabete e obesità sono i quattro principali fattori di rischio per questa patologia. Controlli lo stile di vita del suo partner e cerchi di limitarne gli eccessi e magari riveda la vostra cucina usando cibi salutari, evitando grassi, dolci e privilegiando una moderata attività fisica, magari da praticare insieme (es. passeggiate, bicicletta, ballo etc.).
7. Non cerchi soluzioni fai-da-te: le difficoltà sessuali vanno diagnosticate da un medico che, dopo una visita, potrà indicare i controlli necessari e, quindi, proporre la soluzione più adatta.
8. Non lasci passare troppo tempo dall’insorgenza del problema, ma insieme rivolgetevi con fiducia allo specialista, che deve diventare il punto di riferimento per il benessere sessuale della vostra coppia.
9. Aiuti il suo partner a vivere serenamente il trattamento farmacologico, quando consigliato dallo specialista. Ritrovare la vostra intimità, infatti, sarà sempre un successo di coppia.
10. Ricordi che le pillole per il trattamento del deficit erettile sono farmaci sicuri, non sono delle ‘rivali’, ma richiedono sempre un’attenta valutazione medica.

Sono certo che grazie alla sua collaborazione, comprensione e dolcezza suo marito riuscirà a prendere i giusti provvedimenti per affrontare e curare il suo problema sessuale, in modo da ritrovare la vostra sintonia intima di coppia.