

## A szexről őszintén cukorbetegnek

Egyre többen tudják, hogy a diabétesz jelentősen megnöveli az infarktus, vagy az agyvérzés kockázatát. Azzal viszont még a cukorbetegek közül is kevesesen vannak tisztában, hogy betegségük akár szexuális zavarokhoz is vezethet.

Bár igaz, hogy ezt az elsősorban a férfiakat érintő problémát sokkal könnyebb megelőzni, mint kezelni, szerencsére az érintettek számára is van remény. A kialakult kedvezőtlen érszövődmények ugyanis lényegesen lassíthatóak, vagy akár teljesen meg is állíthatóak!

### A férfiakat merevedési zavar fenyegeti

A statisztikák szerint a cukorbeteg férfiak 50%-ának volt már gondja az erekció elérésével és megtartásával. A potenciazavar mögött a merevedésben fontos szerepet játszó kiserek károsodása állhat, így a merevedési zavar a cukorbetegség jellemző érszövődménye. A cukorbeteg férfiaknak egészséges társaikhoz képest háromszor annyi esélyük van rá, hogy megtapasztalják ezeket a problémákat...

Ám az úgynevezett **erektilis diszfunkciónak több oka is lehet, nem csak maga az alapbetegség**. A rosszul beállított vércukorszint okozta károsodások mellett jelentősen növeli a kockázatot a magas koleszterinszint, a magas vérnyomás, a dohányzás valamint a túlzott alkoholfogyasztás is.

Ugyancsak negatívan befolyásolják a szexuális teljesítőképességet **bizonyos gyógyszerek** (például egyes vérnyomáscsökkentők vagy antidepresszánsok) illetve olyan **pszichés tényezők** is, mint a stressz, a depresszió – vagy éppen a „felsüléstől” való félelem.

### Mit tehetnek az érintettek?

A legfontosabb a megelőzés: a folyamatosan normális értékek között tartott vércukorszint, és mindezek előfeltételeként az **egészséges életmód, az orvosi előírások betartása** alapvetően csökkenti a diabéteszes szövődmények – így a szexuális zavarok kockázatát is.

Azoknak sem kell kétségbeesniük, akik már megtapasztalták a merevedési zavart. Kezelőorvosuk segítségével átgondolhatják, milyen konkrét okok állnak tüneteik hátterében, majd a szakember javaslatára **megtehetik a szükséges életmódbeli változtatásokat, ill. a gyógyszeres kezelés pontosítását**.

A legrosszabb, amit a beteg tehet, ha nem foglalkozik a problémával, vagy épp ellenkezőleg, ha a szorongás elhatalmasodik rajta. Bár a témáról egyáltalán nem könnyű beszélni, még a partnerrel sem, **megéri legyőzni a félelmeket**, és higgadtan mérlegelni a kezelési lehetőségeket. Egy nyugodt beszélgetés – akár orvossal, házastárssal – már önmagában fél siker!

## A nők is érintettek lehetnek

Szexuális problémáik azonban nem csak a cukorbeteg férfiaknak lehetnek! A nők is ki vannak téve a magas vérnyomás, a stressz és a depresszió okozta gondoknak. Az alábbi tünetek megjelenését érdemes komolyan venni, és konzultálni a kezelőorvossal: **csökkenő szexuális érdeklődés, hüvelyszárazság, kellemetlen érzés aktus közben, nehézségek az orgazmus elérésében**. Mindezekre szintén van megoldás, még ha nem is olyan könnyű megtalálni. Sok figyelem, türelem és nyitottság szükséges hozzá, mind a páciens, mind partnere, mind az orvos részéről.

## A jól kontrollált vércukorszint segít megelőzni a szövődményeket

Ahogy az a fentiekből is látható, a káros vércukor-ingadozások kivédésén nagyon sok múlhat, akár még maga a párkapcsolat is. A **vércukorszint rendszeres ellenőrzése** tehát a cukorbeteg egyik legfontosabb feladata.

## Az Accu-Chek® Active vércukormérő készülék a Roche-tól – megoldás mindennapokra

**A Roche innovatív és emberközeli gyógyászati megoldásokkal segíti a cukorbetegek mindennapjait.** Ezért fejlesztette ki az **Accu-Chek® Active vércukormérő készüléket**, amely **maradéktalesanul kielégíti** a korszerű vércukormérőkkel szemben elvárható követelményeket.

Esztétikus forma, gombnyomás nélküli mérés, 5 másodperces mérési idő, 7-14-30 napos átlagszámítás lehetősége, étkezés előtti és utáni vércukorértékek megkülönböztetése, fejlett adatelemzés és laboratóriumi pontosság gondoskodik róla, hogy az **Accu-Chek® Active** a diabéteszesek hasznos társa lehessen a rendszeres vércukormérésekben.

**Az Accu-Chek® Active vércukormérő készüléket keresse a gyógyszertárakban, a kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!**

A vércukorméréssel kapcsolatos információkért keresse fel a [www.vercukormeres.hu](http://www.vercukormeres.hu) oldalt!

