

EIACULAZIONE PRECOCE.

RICONOSCERLA, AFFRONTARLA, CURARLA
CON L'AIUTO DEL MEDICO.



siams
Società Italiana di Andrologia
e Medicina della Sessualità



EIACULAZIONE PRECOCE
VOGLIAMO PARLARNE?

L'Eiaculazione Precoce

L'Eiaculazione Precoce



La Risposta Sessuale Umana

Per Risposta Sessuale Umana si intende la risultante di un complesso meccanismo, che

- ▶ nell'uomo porta dal desiderio, attraverso la fase di eccitazione, all'erezione e all'eiaculazione
- ▶ nella donna consente la lubrificazione e le varie modificazioni genitali, fino a permettere il compimento dell'atto sessuale.

Una **risposta sessuale** nella norma è un processo di **tipo sequenziale**: sulla base dell'integrità anatomica della persona e di un adeguato desiderio sessuale si traduce in un complesso meccanismo su cui confluiscono fattori psicologici, relazionali e sociali.



Quando tutto va bene

Eiaculazione

Consiste nell'emissione di sperma durante l'orgasmo attraverso una serie di contrazioni ritmiche della muscolatura genitale che accompagnano la fuoriuscita (espulsione) dello sperma attraverso l'uretra. Numerosi organi ed apparati lavorano in reciproca sinergia ma il ruolo più importante e complesso è sostenuto dal sistema nervoso centrale e periferico con una particolare funzione giocata dal sistema di regolazione della serotonina.

Erezione

È un fenomeno riflesso dell'eccitazione sessuale del maschio che determina un aumento di volume e di consistenza del pene accompagnato da modificazione della posizione. La vasodilatazione delle arterie dei corpi cavernosi, tessuto spugnoso che si estende lungo il pene, permette un brusco afflusso di sangue al pene, determinandone l'allargamento e l'allungamento. La tumescenza si trasforma poi in rigidità, presupposto indispensabile per la penetrazione.

Orgasmo

È la fase culminante della risposta sessuale. Segue al plateau, cioè al momento del massimo eccitamento. Nel maschio si accompagna all'eiaculazione propriamente detta.



Quando qualcosa non va

Che cos' è l'Eiaculazione Precoce (EP)

Si tratta di una **condizione medica**, di un disturbo sessuale del maschio, diffuso in oltre il 20% degli italiani adulti, che consiste in uno **scarso controllo sull'eiaculazione**. Ciò significa che anche una minima stimolazione sessuale, prima o durante la penetrazione, può portare, velocemente e prima di quando sia veramente desiderato, all'eiaculazione.

Definizione del disturbo

La definizione di Eiaculazione Precoce si basa su questi criteri:

1. una **breve durata del tempo per raggiungere l'eiaculazione** in vagina, la cosiddetta latenza eiaculatoria intravaginale (IELT), subito dopo la penetrazione;
2. la **mancanza di controllo** sul riflesso eiaculatorio;
3. la **frustrazione** generata dal disturbo, sia a livello personale (sia nell'uomo, sia nella donna), sia nell'ambito della relazione di coppia.

Quando compare?

L'EP si definisce principalmente in base al momento di comparsa del sintomo:

1. **primaria (o "lifelong")**: si presenta già dalle prime esperienze di attività sessuale ed è sicuramente la forma clinica più diffusa
2. **secondaria (o "acquired")**: si manifesta dopo un periodo di normale attività sessuale in un soggetto che ha sempre riferito un accettabile livello di controllo eiaculatorio; nella maggior parte dei casi è secondaria a patologie e/o a disturbi psicologici/relazionali.



Cause e con-cause

L'EP è una condizione medica complessa che può dipendere da una pluralità di fattori, primari e secondari. Le principali cause dell'Eiaculazione Precoce, infatti, possono essere di natura organica e psicologica.

► Cause organiche

- *Cause neurobiologiche.* Il riflesso eiaculatorio è sotto il controllo del *Sistema Nervoso Centrale (SNC)*, e quindi di importanti neurotrasmettitori come la serotonina, l'adrenalina, l'ossitocina. *Quando queste sostanze e le vie nervose lavorano in maniera non corretta, si parla di cause neurobiologiche*
- *Cause endocrine.* Disturbi tiroidei
- *Cause urologiche.* Frenulo corto, prostatiti, infiammazioni del pene
- *Cause neurologiche.* Sclerosi multipla, neuropatie periferiche, tumori midollari
- *Da farmaci o droghe*
- *Associata ad altri disturbi sessuali (es. disfunzione erettile)*

► Cause psicologiche e psicosociali

- *Prime esperienze sessuali*
- *Rapporti sessuali rari*
- *Scarse tecniche di controllo eiaculatorio*
- *Cause appartenenti alla sfera psicodinamica, ovvero l'insieme di meccanismi e processi psichici che determinano il comportamento e la personalità di un individuo*
- *Ansia da prestazione, per le dimensioni del pene e per altri aspetti esistenziali; timore di perdere l'erezione*

La diagnosi di Eiaculazione Precoce

L'Eiaculazione Precoce primaria e quella secondaria, nelle varie forme di presentazione, sono tra loro riconoscibili raccogliendo una breve ma accurata storia medica e sessuale. Andrà indagata non solo la durata del tempo di eiaculazione, la frequenza degli episodi e l'andamento dell'eiaculazione a partire dal primo incontro sessuale, ma anche la mancanza di controllo sull'eiaculazione e la frustrazione sessuale, sia di chi ne soffre che della sua partner.



Questionario di autovalutazione

Compila il questionario* sotto riportato per valutare se soffri o meno di EP.

1	Per niente difficile	Un po' difficile	Moderatamente difficile	Molto difficile	Estremamente difficile
Quanto è difficile per te ritardare l'eiaculazione?	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
2	Quasi mai o mai 0%	Meno di metà delle volte 25%	Circa metà delle volte 50%	Più della metà delle volte 75%	Quasi sempre o sempre 100%
Ti capita di eiaculare prima che lo desideri?	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
3	Quasi mai o mai 0%	Meno di metà delle volte 25%	Circa metà delle volte 50%	Più della metà delle volte 75%	Quasi sempre o sempre 100%
Ti capita di eiaculare a ogni minima stimolazione?	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
4	Per niente	Leggermente	Moderatamente	Molto	Estremamente
Eiaculare prima che lo desideri ti fa sentire frustrato?	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
5	Per niente	Leggermente	Moderatamente	Molto	Estremamente
Quanto ti preoccupa che la tua velocità di eiaculazione lasci insoddisfatta la tua partner?	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4

Punteggio totale:

- **Minore o uguale a 8:** il risultato del test suggerisce che non soffri di Eiaculazione Precoce.
- **Da 9 a 10:** il risultato del test suggerisce che è probabile che soffri di Eiaculazione Precoce. Consulta il tuo medico o rivolgiti ad uno specialista per una visita accurata.
- **Maggiore o uguale 11:** il risultato del test suggerisce che è molto probabile che tu soffra di Eiaculazione Precoce. Consulta il tuo medico o rivolgiti a uno specialista per una visita accurata.

* Pubblicato su European Urology Agosto 2007.

Traduzione italiana a cura di AIDASS Associazione Italiana Diritto alla Salute Sessuale.





Poche domande - tante risposte

1. È una malattia trasmissibile?

No. L'Eiaculazione Precoce non è un'infezione anche se alcune infezioni dell'apparato urinario possono produrre delle infiammazioni della prostata che, a loro volta, possono determinare una riduzione della durata del rapporto sessuale.

2. Prima la durata dei miei rapporti era soddisfacente, adesso i tempi si sono molto accorciati. Cosa devo pensare?

Si tratta probabilmente di Eiaculazione Precoce secondaria, che, in genere, è associata a problemi infiammatori della prostata o a problemi di rigidità incompleta del pene.

3. È possibile curare l'Eiaculazione Precoce?

Si certamente e si possono trovare soluzioni al problema. L'inizio della soluzione è decidere di volersi curare. Ricordati che solo il tuo Medico ti può consigliare correttamente.

4. La masturbazione è dannosa?

No. La masturbazione non è dannosa e alcuni uomini la usano come metodo empirico prima di un incontro con una donna per far durare più a lungo il rapporto sessuale. Oggi però è possibile ottenere dei risultati migliori semplicemente con il trattamento delle cause dell'Eiaculazione Precoce o con il trattamento farmacologico.

5. Usare un profilattico mi aiuta leggermente, ma usarne due insieme può aiutare a superare il problema dell'Eiaculazione Precoce?

È un espediente non efficace e pericoloso perché entrambi i preservativi possono sfilarsi senza che il soggetto se ne accorga con le conseguenze negative che tale evento può comportare nella prevenzione delle malattie a trasmissione sessuale e nel controllo delle gravidanze.

6. Mi succede che, poiché nel primo rapporto l'eiaculazione avviene molto rapidamente, cerco di avere un secondo rapporto nello stesso incontro a breve che, in genere, dura molto di più. Che posso fare se, alle volte, non ho la rigidità sufficiente per avere un secondo rapporto? Sono forse affetto da disfunzione erettile (impotenza)?

Molti uomini non sono a conoscenza di essere affetti da Eiaculazione Precoce perché riescono a compensare la brevità del primo rapporto riuscendo ad averne un secondo che dura abbastanza per dare soddisfazione ad entrambi i partner. Questi uomini ritengono, erroneamente, di essere affetti da impotenza se non riescono ad avere un secondo rapporto. Il vero problema probabilmente è l'Eiaculazione Precoce che si verifica nel primo rapporto.

7. Nell'affrontare il problema conviene coinvolgere il/la partner?

Naturalmente ogni singola situazione è diversa dall'altra nell'ambito delle relazioni sentimentali, tuttavia ogni volta che è possibile coinvolgere direttamente il/la partner nella cura i risultati sono migliori e la relazione si rinforza.

8. Che cosa devo evitare di fare se sono affetto da Eiaculazione Precoce?

La prima cosa da evitare nel caso fosse affetto da Eiaculazione Precoce è quella di rimanere da solo con il proprio problema, di non parlarne con uno specialista andrologo o urologo che possa aiutarla a trovare le situazioni più idonee al suo caso.



Suggerimenti

per cosa non dimenticare e come prepararsi alla prossima visita medica

Le suggeriamo di controllare i progressi compiuti e l'evoluzione del grado di soddisfazione per sé e per il proprio partner. Per questa ragione, le consigliamo di tenere aggiornato il semplice **diario** sotto riportato indicando, per ogni rapporto, il grado di soddisfazione suo, del/della partner e della coppia nel suo insieme.

Le raccomandiamo inoltre di portare con sé l'ultimo referto e i risultati di eventuali altri esami che avesse sostenuto nel frattempo.

RAPPORTO	GRADO DI SODDISFAZIONE		
	PER L'UOMO	PER IL PARTNER	PER LA COPPIA
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Riporti, per favore, la sua valutazione del grado di soddisfazione per sé, per la sua partner e per la coppia nel suo insieme, su una scala da 1 a 3:

- 1• insoddisfatto
- 2• parzialmente soddisfatto
- 3• pienamente soddisfatto.

Per qualsiasi chiarimento può rivolgersi con fiducia al suo Medico.





Per trovare informazioni, servizi e strumenti
per saperne di più sull'Eiaculazione Precoce
e consultare l'elenco dei centri dove potersi rivolgere
per risolvere il problema, collegati al sito

www.eiaculazioneprecocestop.it

