

عضو تناسل کی ایستادگی کے مسائل کا علاج

آپ کو کب ٹیسٹوسٹیرون علاج کی ضرورت ہوتی ہے—اور کب آپ کو ضرورت نہیں ہوتی



ٹیسٹوسٹیرون علاج میں بہت سے خطرات ہیں۔

ٹیسٹوسٹیرون علاج جسم میں بہت زیادہ سیال برقرار رکھنے کا سبب بن سکتا ہے۔ یہ مہاسوں، پروسٹیٹ کا بڑھ جانا اور چھاتیوں کے بڑھ جانے کا بھی سبب بن سکتا ہے۔ دوسرے ضمنی اثرات میں تولیدی صلاحیت کا کم ہو جانا، خون کے سرخ خلیات میں اضافہ ہونا، جس سے دل کا مرض پیدا ہو سکتا ہے؛ نیند میں سانس روک روک کر لینے کی علامات میں اضافہ؛ اور پروسٹیٹ کینسر کے بہت تیزی سے بڑھنے کا بہت زیادہ خطرہ۔

خواتین اور بچوں کو جلد کے نہ دھوئے ہوئے یا بے لباس حصوں کو چھونے سے گریز کرنا چاہئے جس جگہ فرد نے ٹیسٹوسٹیرون جیل لگایا ہو۔ جلد کے چھونے کے ذریعے جیل منتقل ہو سکتی ہے۔

بیشتر

مردوں کو وقتاً فوقتاً عضو تناسل کھڑا کرنے کے مسائل کا سامنا ہوتا ہے۔ لیکن کچھ مردوں کو نقص ایستادگی یا ED ہوتا ہے۔ یہ تب ہوتا ہے جب جنسی دخول کے لئے کافی سخت ایستادگی حاصل کرنا یا برقرار رکھنے میں مشکل یا دقت ہو۔

اگر آپ کو ED ہے، تو آپ سوچ سکتے ہیں کہ ٹیسٹوسٹیرون علاج معاونت کرے گا۔ ٹیسٹوسٹیرون مردانہ جنسی ہارمون ہے۔ 50 سال کی عمر کے بعد، مردوں کے ٹیسٹوسٹیرون کی سطح آہستہ آہستہ کم ہو جاتی ہے اور ED زیادہ عام ہو جاتا ہے۔ لیکن جب تک کہ آپ کو کم ٹیسٹوسٹیرون کی دوسری علامات نہ ہوں، تو آپ کو علاج کے بارے میں غور کرنا چاہئے۔ یہاں ہے کہ کیوں:

ٹیسٹوسٹیرون علاج عام طور پر ED کے لئے معاون نہیں ہوتا ہے۔

ٹیسٹوسٹیرون علاج نارمل ٹیسٹوسٹیرون کی سطح والے مردوں میں کھڑا کرنے کے عمل میں بہتری نہیں لاتا ہے۔ اور مطالعات سے پتہ چلتا ہے کہ اگر ED مردوں میں واحد علامت ہو تو یہ کم ٹیسٹوسٹیرون کی سطح والے مردوں کی مدد نہیں کرتا ہے۔

ED کے عام طور پر دوسری وجوہات ہوتی ہیں۔

ED عموماً ہمیشہ عضو تناسل میں خون کے کم بہاؤ کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ دوسرے عوارض، جیسے شریانوں کا سخت ہو جانا، ہائی بلڈ پریشر اور ہائی کولیسٹرول کا نتیجہ ہوتا ہے۔ یہ عارضے خون کی وریدوں کو تنگ کر دیتے ہیں اور عضو تناسل میں خون کے بہاؤ کو کم کرتے ہیں۔

کم ٹیسٹوسٹیرون جنسی تعلق کرنے کی خواہش کو متاثر کر سکتا ہے، لیکن یہ شاذ و نادر ہی ED کا سبب بنتا ہے۔

ED کو کیسے منظم کریں

کھڑا کرنے کے بیشتر مسائل کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ ان اقدامات کے بارے میں اپنے ڈاکٹر سے بات کریں:

طبی وجوہات کو تلاش کریں۔ ED زیادہ سنگین عوارض، جیسے دل کا مرض، ہائی بلڈ پریشر، یا ذیابیطس کی ابتدائی انتہائی علامت ہو سکتی ہے۔ اس عارضہ کا علاج کرنے سے آپ کی مجموعی صحت اور آپ کے عضو تناسل کھڑا کرنے کے عمل کو بہتر بنا سکتا ہے۔

اپنی ادویات کا جائزہ لیں۔ ED

بہت ساری ادویات کا ضمنی اثر ہو سکتا ہے، جن میں ہائی بلڈ پریشر، افسردگی، اضطراب، سوزش دل، الرجی، درد، دورے پڑنے اور کینسر کا علاج کرنے والی ادویات شامل ہو سکتی ہیں۔ اگر آپ کے ED کا سبب دوا ہے، تو آپ کا ڈاکٹر آپ کی لی جانیوالی خوراک کو تبدیل کر سکتا ہے یا آپ کی دوا کو تبدیل کر سکتا ہے۔

طرز حیات میں تبدیلیاں لائیں۔

غیر صحت مندانہ عادات ED کو بگاڑ سکتی ہیں۔ باقاعدگی سے ورزش کریں، اضافی وزن کم کریں، سگریٹ نوشی بند کریں، شراب نوشی کم کریں، اور نشہ آور ادویات کا استعمال مت کریں۔

ایستادگی کو فروغ دینے والی دوا پر غور کریں۔ کچھ ادویات اگر جنسی سرگرمی سے ایک گھنٹہ قبل لی جائیں تو وہ عضو تناسل میں خون کے بہاؤ میں اضافہ کرتی ہیں۔ وہ سیلڈینافیل (ویاگرا)، وارڈینافیل (لیویترا)، اور ٹڈالافل (سیالیس) ہیں۔ اپنے ڈاکٹر سے ان ادویات سے فوائد اور خطرات کے بارے میں بات کریں۔ اگر آپ نائٹریٹ دوا لیتے ہیں، جیسے دل کے مسائل کے لئے نائٹروگلیسرین گولیاں لیتے ہیں تو آپ کو مذکورہ بالا ادویات نہیں لینی چاہئیں۔ ان کا امتزاج بلڈ پریشر میں اچانک کمی کا سبب بن سکتا ہے۔

جذباتی تناؤ کے لئے مدد حاصل کریں۔ ED کا عموماً ایک

جسمانی سبب ہوتا ہے جس کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ لیکن افسردگی، کارکردگی کا اضطراب، اور تعلقات کے مسائل ED کا سبب بن سکتے ہیں یا اسے بدتر کر سکتے ہیں۔ اکیلے یا اپنے ساتھی کے ساتھ، مشاورت، مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کو کسی اسپیشلسٹ سے رجوع کا حوالہ دے سکتا ہے۔

علاج پر کافی لاگت آسکتی ہے۔

ٹیسٹوسٹیرون علاج میں انجکشن، جیل، یا جلد پر لگنے والا ایک پیچ ہو سکتا ہے۔ یہ سب مہنگے ہیں۔

- انجیکشنز پر ایک مہینہ \$40 تک لاگت آسکتی ہے۔
 - جلد کے پیچز پر ایک مہینے میں \$200 سے \$400 سے بھی زیادہ تک کی لاگت آسکتی ہے۔
 - جلد کی جیل—علاج کا سب سے مشہور طریقہ—پر ایک مہینہ میں \$250 سے \$500 سے بھی زیادہ لاگت آسکتی ہے۔
- مرد جو ٹیسٹوسٹیرون علاج کا استعمال کرتے ہیں انہیں مکمل اثر لینے اور برقرار رکھنے کے لئے اسے غیر معینہ مدت تک استعمال کرنا چاہئے۔

آپ کو ED کے لئے ٹیسٹوسٹیرون علاج پر کب غور کرنا چاہئے؟

اگر آپ کو تین مہینوں سے عضو تناسل کھڑا کرنے میں پریشانی کا شکار ہیں، تو اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کی تمام علامات کے بارے میں پوچھے گا اور آپ کا جسمانی معائنہ کرے گا۔

کم ٹیسٹوسٹیرون کی علامات میں جنسی رجحان کا کم ہونا، جسم کے بالوں کا گرنا، چھاتی بڑھ جانا، کم کثرت سے شیو کرنے کی ضرورت پیش آنا، پٹھوں کے سائز اور طاقت میں کمی واقع ہونا اور ہڈیوں کا زیادہ آسانی سے ٹوٹ جانا شامل ہو سکتا ہے۔

اگر آپ کو ان میں سے کچھ علامات ہوں، تو آپ کا ڈاکٹر آپ کے ٹیسٹوسٹیرون کی سطح کی پیمائش کرنے کے لئے خون کا ٹیسٹ کر سکتا ہے۔ خون کا ٹیسٹ ایک سے زیادہ بار کروانا چاہئے۔ یہ صبح کے وقت کرنا بہتر ہوتا ہے جب ٹیسٹوسٹیرون کی سطح بلند ہوتی ہے۔

اگر ٹیسٹس یہ ظاہر کریں کہ آپ کے ٹیسٹوسٹیرون کی سطح کم ہے، تو آپ کے ڈاکٹر کو ممکنہ وجوہات تلاش کرنی چاہئیں۔ مثال کے طور پر، کم سطح پچوئٹری گلیٹنڈز میں کسی مسئلے کی وجہ سے بھی ہو سکتی ہے۔

اگر کوئی اور وجہ نہیں ملتی تو، آپ ٹیسٹوسٹیرون علاج کو آزما سکتے ہیں۔

یہ رپورٹ آپ کے لئے اپنے نگہداشت صحت فراہم کار سے بات کرتے وقت آپ کے استعمال کے لئے ہے۔ یہ طبی مشورہ اور علاج کا متبادل نہیں ہے۔ اس رپورٹ کا استعمال اپنی خود کی ذمہ داری پر کریں۔

© 2012 صارف کی رپورٹس۔ امریکن یورالوجیکل ایسوسی ایشن کے تعاون سے تیار کردہ۔ اس رپورٹ میں استعمال کردہ ذرائع اور استعمال کی شرائط و ضوابط کے بارے میں مزید معلومات کیلئے، ملاحظہ کریں

ConsumerHealthChoices.org/about-us/