

यौन स्वास्थ्य (सेक्सुअल हेल्थ)

स्तंभन दोष (इरेक्टाइल डिस्फंक्शन, ईडी) के मरीजों के लिए दिशानिर्देश



Urology Care
FOUNDATION™
*The Official Foundation of the
American Urological Association*

विषय सूची

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन रीप्रोडक्टिव एंड सेक्सुअल हेल्थ कमेटी (यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन प्रजनन और यौन स्वास्थ्य समिति)

चक की कहानी	3
परिचय	3
तथ्यों को जानें	
इरेक्टाइल डिसफंक्शन या ईडी क्या है?	4
इरेक्शन कैसे काम करते हैं?	4
ईडी के क्या लक्षण हैं?	4
ईडी का क्या कारण है?	4
शारीरिक कारण	5
भावनात्मक कारण	5
जांच कराएं	
मेरा डॉक्टर ईडी का निदान कैसे करता है?	5
स्वास्थ्य इतिहास	5
ईडी इतिहास	6
तनाव और भावनात्मक स्वास्थ्य इतिहास	6
शारीरिक परीक्षा	6
लैब टेस्ट	6
अन्य टेस्ट	6
उन्नत इरेक्टाइल फंक्शन टेस्ट	6
उपचार कराएं	
जीवनशैली में बदलाव	7
भावनात्मक स्वास्थ्य देखभाल	7
चिकित्सा उपचार	7
ओरल ड्रग्स	7
वैक्यूम निर्माण उपकरण	8
आहार पूरक	8
टेस्टोस्टेरोन थेरेपी	8
इंद्राकैवरनोजल और इंड्रायूरेथ्रल थेरेपीज (अंतःमूत्रमार्ग चिकित्सा)	8
सर्जिकल उपचार	9
शिशन प्रत्यारोपण (पेनाइल इम्प्लांट्स)	9
यह सर्जरी किस तरह की है?	9
पेनाइल इम्प्लांट्स के बाद रिकवरी	9
विलिनिकल परीक्षण	9
उपचार के बाद	10
शब्दावली	11
यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन के बारे में (पिछला पृष्ठ)	

चेयर

अजय के नांगिया, एमबीबीएस, एफएसीएस

समिति के सदस्य

ग्रेगरी ब्रोडरिक, एमडी

आर्थर एल बर्नेट, द्वितीय, एमडी

स्टेन होनिग, एमडी

टोबियास एस कोहलर, एमडी

आकांक्षा मेहता, एमडी, एमएस

चार्ल्स ("चक") किलहोफर की कहानी



मेरा ईडी एक दशक पहले प्रोस्टेट कैंसर के लिए की गई रेडिकल प्रोस्टेटैक्टोमी सर्जरी का नतीजा था।

पहले मैंने अपने लिंग में रक्त के प्रवाह को बेहतर बनाने के लिए एक वैक्यूम पंप आजमाया। यह थोड़ी देर के लिए काम करता था, लेकिन मेरे लिए, संपीडन (तनाव) दर्दनाक था।

फिर मैंने ईडी के लिए अपनी पहली सर्जरी करवाई। मैंने एक इन्प्लेटेबल पेनाइल प्रोस्थेसिस कृत्रिम शिश्न अंग (हवा से फूल कर तनने वाला लिंग) प्राप्त करने का विकल्प चुना। मुझे उस कृत्रिम अंग से पहले तो बड़ी निराशा हुई। यह मुझमें सही ढंग से फिट नहीं हो रहा था। मुझे यह भी नहीं पता था कि लिंग के आकार के लिए मेरे पास अधिक विकल्प थे। सौभाग्य से, मुझे एक नया डॉक्टर मिला जिसने मुझे प्रत्यारोपण के लिए बड़े सिलेंडरों के बारे में बताया। मेरे डॉक्टर ने मेरे लिंग के आकार को ठीक किया, लेकिन मुझे कई यांत्रिक विफलताओं से भी जूझना पड़ा, और साथ ही जब यह नहीं बढ़ता तो प्रत्यारोपण की मरम्मत की आवश्यकता होती है।

मैं अपने नए प्रत्यारोपण के साथ अब अपने पांचवें संशोधन पर हूँ। सब कुछ अच्छा काम कर रहा है। मुझे पता है कि मेरा मामला – बहुत सारी सर्जरी के साथ – असामान्य है। मेरे अनुभव ने मुझे सिखाया है कि एक अनुभवी सर्जन के साथ शुरुआत करना महत्वपूर्ण है। यही अनुभव शिश्न प्रत्यारोपण वाले पुरुषों के लिए संतुष्टि की दर बढ़ाएगा।

जब मैं पीछे मुड़कर देखता हूँ तो मुझे एहसास होता है कि इलाज शुरू करने से पहले यह जानना जरूरी है कि आप किस तरह की समस्या का सामना करने वाले हैं। मैं किसी नए मरीज को यह बताना चाहूँगा:

- यदि आप लिंग प्रत्यारोपण पर विचार करते हैं, तो सुनिश्चित करें कि आप यह काम किसी ऐसे सर्जन से करवाते हैं, जिसने इस सर्जरी को किया है और इसके सफल परिणाम मिले हैं। सिर्फ डॉक्टर होना ही काफी नहीं है। अनुभव ही सब कुछ है।
- सर्जन आपको जो बताता है, ठीक वही करना बहुत महत्वपूर्ण है। यदि वे आपसे कहते हैं कि छह सप्ताह तक संभोग न करें ... तो ऐसा न करें। लागत गंभीर हो सकती है। अगर मैं निर्देशों का पालन कर सकता हूँ, तो आप भी कर सकते हैं!
- ध्यान रखें कि कैंसर सर्जरी के बाद आप उत्तेजना खो सकते हैं या प्रत्यारोपण के बाद संभोग के चरमोत्कर्ष पर जाना मुश्किल हो सकता है।
- उन लोगों के साथ बात करने की कोशिश करें जिनके पास पहले से ही सर्जरी प्रक्रिया का अनुभव है। उनसे आप यह समझ सकते हैं कि वे अब कैसा अनुभव करते हैं। मैं चाहता हूँ कि अधिक से अधिक डॉक्टर इस बात पर जोर दें कि मरीज किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जिनके पास आगे बढ़ने से पहले सर्जरी प्रक्रिया का अनुभव है।

बात का सार: आपका सुखद दांपत्य जीवन लौट सकता है। यदि आपको ईडी है, तो आपको डॉक्टर से इस बारे में पूछना चाहिए कि क्या इसका उपचार उपलब्ध है और आपको, उपयोगी उपचारों और वे कैसे काम करते हैं, के बारे में अधिक से अधिक जानना चाहिए।

परिचय

अध्ययनों से पता चलता है कि 50 से अधिक उम्र के 2 में से 1 पुरुष में कुछ हद तक इरेक्टाइल डिस्फंक्शन (ईडी) होता है। यद्यपि ईडी पुरुषों की उम्र बढ़ने के साथ –साथ अधिक आम हो जाता हो, लेकिन बढ़ती उम्र इसका एकमात्र कारण नहीं है।

एक समय में, स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले तनाव और चिंता जैसी मनोवैज्ञानिक समस्याओं को ईडी का मुख्य कारण मानते थे। हाल के अध्ययनों से पता चलता है कि ईडी के कई मामले एक अंतर्निहित बीमारी के कारण होते हैं। ईडी एक अधिक गंभीर समस्या का प्रारंभिक चेतावनी संकेत हो सकता है।

ईडी की समस्या का कारण बनने वाली स्थितियों का निदान और उपचार आपके स्वास्थ्य, और आपके यौन जीवन के लिए महत्वपूर्ण हैं। सही मदद मिलने पर बहुत से लोग अपने अघेड़ावस्था के वर्षों में अच्छे स्वास्थ्य और यौन गतिविधियों का आनंद लेते हैं।

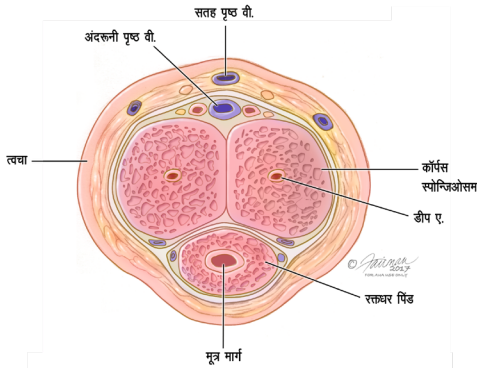
इरेक्टाइल डिसफंक्शन या ईडी क्या है?

इरेक्टाइल डिसफंक्शन (स्तंभन दोष) या ईडी सबसे आम सेक्स समस्या है जिसे पुरुष अपने डॉक्टर को रिपोर्ट करते हैं। ईडी को एक ऐसे इरेक्शन को प्राप्त करने या रखने में परेशानी के रूप में परिभाषित किया गया है जो सेक्स के लिए पर्याप्त है।

हालांकि समय-समय पर इरेक्शन की समस्या होना किसी आदमी के लिए असामान्य नहीं है, लेकिन ईडी की समस्या जो समय के साथ या नियमित रूप से सेक्स के साथ धीरे-धीरे पैदा होती है वह सामान्य नहीं है। इसका इलाज होना चाहिए।

ईडी हो सकता है:

- जब लिंग में रक्त का प्रवाह सीमित होता है या नसों को नुकसान पहुंचता है
- तनाव के साथ या भावनात्मक कारणों से
- अधिक गंभीर बीमारी की प्रारंभिक चेतावनी के रूप में, जैसे **एथेरोस्क्लेरोसिस** (कठोर या अवरुद्ध धमनियाँ), हृदय रोग, उच्च रक्तचाप या **मधुमेह** से उच्च रक्त शर्करा



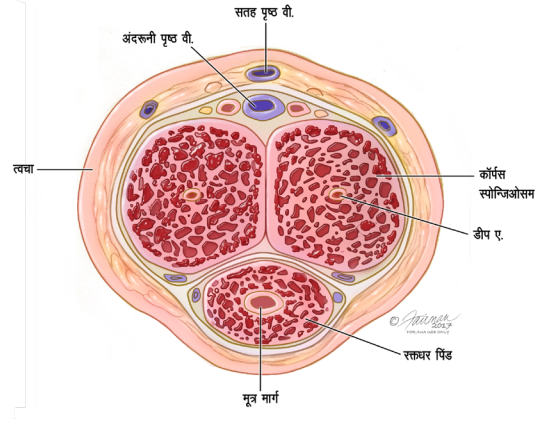
लिंग अनुप्रस्थ काट

इरेक्शन कैसे काम करते हैं?

कामोत्तेजना के दौरान, मस्तिष्क नसों को रसायनों को छोड़ने के लिए संकेत देता है जो लिंग में रक्त के प्रवाह को बढ़ाते हैं। स्पंजी मांसपेशियों के ऊतकों (कॉर्पस कोवर्नोसम) से बने दो इरेक्शन चेंबरों (स्तंभन कक्षों) में रक्त प्रवाहित होता है। कॉर्पस कोवर्नोसम चेंबर खोखले नहीं होते हैं। एक इरेक्शन निर्माण के दौरान, स्पंजी ऊतक आराम करते हैं और रक्त को रोके रहते हैं। कक्षों में रक्तचाप लिंग को दृढ़ बनाता है, जिससे एक इरेक्शन निर्माण होता है।

जब सेक्स कर रहे किसी पुरुष को संभोग (ऑर्गेज्म), सुख (कामोत्तेजना की चरमावस्था या संभोग-निष्पत्ति) होता है, तो तंत्रिका संकेतों का एक दूसरा समूह लिंग तक पहुंच जाता है और मांसपेशियों के ऊतकों के संकुचन या सिकुड़न का कारण बनता है। ऊतकों के संकुचन या सिकुड़न के कारण इनमें जमा रक्त शरीर के परिसंचरण में वापस आ जाता है और इरेक्शन समाप्त हो जाता है।

जब आप यौन क्रीड़ा के लिए उत्तेजित नहीं होते हैं तो उस समय आपका लिंग नरम और कोमल होता है। पुरुषों में लिंग का आकार गर्म, ठंड या चिंता के साथ भिन्न हो सकता है। यह सामान्य है और लिंग में प्रवेश कर रहे और उसमें से शरीर में वापस जा रहे रक्त के संतुलन को दर्शाता है।



ऊर्ध्व लिंग अनुप्रस्थ काट

ईडी के लक्षण क्या हैं?

ईडी के लक्षणों में शामिल हो सकते हैं:

- इरेक्शन हो रहा है, लेकिन यह सेक्स के लिए पूरे समय तक टिकने वाला नहीं है
- इरेक्शन प्राप्त करना, लेकिन तब नहीं जब आप सेक्स करना चाहते हैं
- इरेक्शन नहीं हो पाना

जब ईडी परेशान करता है, तो आपका प्राथमिक देखभाल करने वाला या **यूरोलॉजिस्ट** (मूत्र रोग विशेषज्ञ) मदद कर सकता है।

ईडी हृदय रोग का एक प्रमुख चेतावनी संकेत हो सकता है। यह एक पुरुष संवहनी प्रणाली में रुकावटों को संकेत दे सकता है। कुछ अध्ययनों से पता चला है कि ईडी समस्या से ग्रस्त पुरुषों को दिल का दौरा, स्ट्रोक या पैरों में परिसंचरण संबंधी समस्याओं का अधिक खतरा होता है।

ईडी का क्या कारण है?

आपके ईडी के कारण का पता लगाने से समस्या का इलाज करने में मदद मिलेगी। ईडी स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक मुद्दों या दोनों से हो सकता है।

ईडी के कुछ ज्ञात जोखिम कारक हैं:

- श्रोणि में चोट
- **प्रोस्टेट**, कोलन, मलाशय या मूत्राशय के कैंसर से सर्जरी
- दिल की बीमारी
- **परिधीय धमनी रोग** (परिफरल आर्टरी डिजिज) (रक्त प्रवाह धीमा करने वाली संकुचित धमनियाँ)
- उच्च रक्त चाप

*नीले रंग में दिखाई देने वाले सभी शब्दों को शब्दावली में समझाया गया है।

- उच्च रक्त शर्करा (मधुमेह)
- शराब का उपयोग
- नशीली दवाओं के प्रयोग
- धूम्रपान या भाप लेना
- कुछ दवाएं
- अवसाद, चिंता या रिश्ते की समस्याओं से भावनात्मक तनाव

भले ही ईडी पुरुषों की बढ़ती उम्र के अनुसार अधिक आम हो जाता है, लेकिन बढ़ती उम्र हमेशा ईडी का कारण नहीं बनती है। कुछ पुरुष अपनी उम्र के 80 के दशक में भी यौन क्रीड़ाओं में सक्रिय होते हैं।

ईडी के शारीरिक कारण

- **कारक जो वाहिकाओं या नसों को प्रभावित करते हैं और लिंग में रक्त के प्रवाह को प्रतिबंधित (रोकते) करते हैं**

कई स्वास्थ्य समस्याएं लिंग में रक्त के प्रवाह को कम कर सकती हैं। उदाहरण के लिए : परिधीय धमनी रोग या एथेरोस्क्लेरोसिस, हृदय रोग, उच्च रक्त शर्करा (मधुमेह) और धूम्रपान।

- **इरेक्शन के दौरान लिंग रक्त को नहीं रोक सकता अर्थात् उसमें रक्त नहीं टिक सकता**

यदि लिंग में रक्त नहीं रहता है, तो कोई पुरुष इरेक्शन नहीं बनाये रख सकता है। यह समस्या किसी भी उम्र में हो सकती है।

- **मस्तिष्क या रीढ़ की हड्डी से तंत्रिका संकेत लिंग तक नहीं पहुंचते हैं**

श्रोणि क्षेत्र में कोई खास बीमारी, चोट या सर्जरी, लिंग की नसों को नुकसान

पहुंचा सकती है।

- **श्रोणि के पास कैंसर के उपचार लिंग के कार्यों को प्रभावित करते हैं**

प्रोस्टेट, कोलोरेक्टल या मूत्राशय कैंसर के लिए सर्जरी और/या विकिरण पुरुषों में ईडी की समस्या पैदा कर सकती है। कैंसर से ठीक हो गए लोगों को यौन स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के लिए मूत्र रोग विशेषज्ञ से मिलना चाहिए।

- **अन्य स्वास्थ्य समस्याओं के उपचार के लिए उपयोग की जाने वाली दवाएँ नकारात्मक रूप से इरेक्शन को प्रभावित करती हैं**

मरीजों को अपने प्राथमिक देखभाल डॉक्टरों के साथ दवा के दुष्प्रभावों के बारे में बात करनी चाहिए।

ईडी के भावनात्मक कारण

सेक्स के लिए दिमाग और शरीर दोनों को एक साथ काम करने की जरूरत होती है। भावनात्मक या रिश्ते की समस्याएं ईडी का कारण हो सकती हैं या इसे और अधिक गंभीर बना सकती हैं।

कुछ भावनात्मक मुद्दे जो ईडी को जन्म दे सकते हैं:

- चिंता
- डिप्रेशन (अवसाद)
- रिश्ते के टकराव
- घर या काम पर तनाव
- सामाजिक, सांस्कृतिक या धार्मिक संघर्षों से तनाव
- पार्टनर के साथ यौन प्रदर्शन के बारे में चिंता

जांच कराएं

मेरा डॉक्टर ईडी का निदान कैसे करता है?

ईडी का निदान बातचीत से शुरू होता है। आपका स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने वाला आपसे आपके सामान्य स्वास्थ्य और आपके इरेक्शन की समस्या के बारे में सवाल पूछेगा। आपका प्रदाता आपका शारीरिक परीक्षण भी कर सकता है, प्रयोगशाला परीक्षण का आदेश दे सकता है या आपको किसी मूत्र रोग विशेषज्ञ के पास भेज सकता है। स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने वाले के लिए, आपके उपचार को निर्देशित करने में मदद हेतु, आपके ईडी के कारण का पता लगाना महत्वपूर्ण है।

अनेक सवालों के जवाब देने के लिए तैयार रहें। इनमें से कुछ सवाल व्यक्तिगत होंगे और शर्मनाक लग सकते हैं। आपके ईमानदार जवाब आपके ईडी के कारणों और सर्वोत्तम उपचार को खोजने में मदद करेंगे।

स्वास्थ्य इतिहास

आपका अपने डॉक्टर से खुलकर बात करना महत्वपूर्ण है। बात करना शुरू करने के लिए, आपका डॉक्टर आपके स्वास्थ्य इतिहास और जीवनशैली के बारे में जानना चाहेगा। अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदान करने वाले को आपके

द्वारा ली जाने वाली किसी भी दवा के बारे में बताना बहुत महत्वपूर्ण है – प्रिस्क्रिप्शन और ओवर-द-काउंटर दोनों। यदि आप धूम्रपान करते हैं, तो उन्हें बताएं कि कितना करते हैं। यदि आप शराब पीते हैं, तो उन्हें बताएं कि कितनी शराब पीते हैं। आपका डॉक्टर आपके जीवन में हाल के तनावों के बारे में भी पूछेगा।

आपके स्वास्थ्य इतिहास के बारे में पूछे जाने वाले प्रश्नों में शामिल हो सकते हैं:

- आप कौन से नुस्खे की दवाएं, ओवर-द-काउंटर ड्रग्स या सप्लीमेंट्स लेते हैं?
- क्या आप आनंदप्रद दवाओं का उपयोग करते हैं?
- क्या आप धूम्रपान या वेप (ई सिगरेट पीना) करते हैं? आप क्या धूम्रपान करते हैं, और कितना?
- आप कितनी शराब पीते हैं?
- क्या आपने श्रोणि क्षेत्र में सर्जरी या विकिरण चिकित्सा कराई है?
- क्या आपको मूत्र संबंधी कोई समस्याएं हैं?
- क्या आपको अन्य स्वास्थ्य समस्याएं हैं (उपचारित या अनुपचारित)?

ईडी इतिहास

आपका अनुभव आपके प्रदान करने वाले को यह जानने में मदद करेगा कि क्या आपका ईडी सेक्स, इरेक्शन फंक्शन, स्खलन या कामोत्तेजना (चरमोत्कर्ष) की आपकी इच्छा से उपजा है। इनमें से कुछ प्रश्न निजी लग सकते हैं, लेकिन आपका डॉक्टर एक चिकित्सा पेशेवर है और आपके उत्तर समस्या का कारण खोजने में मदद करेंगे।

आपके डॉक्टर द्वारा पूछे जाने वाले प्रश्नों के प्रकार हैं:

- आपके ये लक्षण कितने लम्बे समय से हैं? क्या ये लक्षण धीरे-धीरे या सब एक ही बार में उभरने आरम्भ हुए थे?
- क्या आप सुबह या रात में इरेक्शन के साथ उठते हैं?
- यदि आपको इरेक्शन होता है, तो कितना दृढ़ होता है? क्या अपने साथी में आपके लिंग का प्रवेश मुश्किल से होता है?
- क्या आपको सेक्स ड्राइव या कामोत्तेजना की समस्या है?
- क्या आपके इरेक्शन अलग-अलग समय पर बदलते हैं, जैसे कि पार्टनर में प्रवेश करते समय, मुंह से उत्तेजना के दौरान, या हस्तमैथुन के साथ?
- क्या आपको इरेक्शन होने में दर्द होता है?

तनाव और भावनात्मक स्वास्थ्य इतिहास

आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाला आपसे आपके भावनात्मक स्वास्थ्य के बारे में सवाल पूछ सकता है और यह भी की कहीं आप कभी-कभी उदास या चिंतित तो नहीं महसूस करते हैं। वह आपके साथी के साथ आपके रिश्ते में समस्याओं के बारे में पूछ सकता/सकती है। कुछ स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले पूछते हैं कि क्या वे आपके यौन साथी के साथ भी बात कर सकते हैं।

आपके भावनात्मक स्वास्थ्य के बारे में प्रश्न शामिल हो सकते हैं:

- क्या आप अक्सर बहुत तनाव में रहते हैं, या हाल ही में किसी चीज से कुछ परेशान है?
- क्या किसी चीज से आप चिंतित या उदास महसूस करते हैं? क्या आपको मानसिक स्वास्थ्य की कोई भिन्न समस्या है?
- क्या आप अपने मानसिक स्वास्थ्य के लिए कोई दवा ले रहे हैं?
- आप अपनी सेक्स लाइफ से कितने संतुष्ट हैं? क्या हाल ही में कोई बदलाव हुआ है?
- आपका अपने साथी के साथ कैसा रिश्ता है? क्या हाल ही में कोई बदलाव हुआ है?

शारीरिक परीक्षण

शारीरिक परीक्षण आपके कुल स्वास्थ्य की जांच करने का एक तरीका है। ईडी के लिए, यह अक्सर आपके जननांगों (लिंग और **अंडकोष**) की एक परीक्षा से शुरू होता है। आपकी उम्र और जोखिम कारकों के आधार पर, परीक्षा आपके हृदय और रक्त प्रणाली (हृदय, परिधीय नाड़ी और रक्तचाप) पर ध्यान केंद्रित कर सकती है। आपकी उम्र और परिवार के इतिहास के आधार पर, आपका डॉक्टर प्रोस्टेट की जांच के लिए एक रेक्टल परीक्षण कर सकता है। ये परीक्षण आमतौर पर दर्दनाक नहीं होते हैं।

प्रयोगशाला परीक्षण

आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाला रक्त परीक्षण का आदेश दे सकता है, और किसी शारीरिक परीक्षण के माध्यम से नहीं पकड़ी जा सकने वाली अन्य स्वास्थ्य समस्याओं को, जो आपके ईडी को जन्म दे सकती हैं, खोजने के लिए आपका **मूत्र** नमूना एकत्र कर सकता है।

अन्य परीक्षण

प्रश्नावली का उपयोग अक्सर स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा आपकी ईडी समस्या की गम्भीरता को आंकने के लिए किया जाता है। ये आपकी इरेक्शन शुरू करने और बनाए रखने की क्षमता के बारे में पूछ सकती हैं, सेक्स से आपकी संतुष्टि का अनुमान लगा सकती हैं, और ऑर्गेज्म (संभोग की पराकाष्ठा या कामोत्तेजना) पाने में सक्षम होने में आने वाली समस्याओं की पहचान कर सकती हैं।

एडवांस इरेक्टाइल फंक्शन टेस्ट

कुछ पुरुषों के लिए, उपचार का मार्गदर्शन करने या उपचार विफल होने पर अगले चरणों का आकलन करने के लिए विशेष परीक्षण की आवश्यकता हो सकती है। इन परीक्षणों में शामिल हैं:

- टेस्टोस्टेरोन और अन्य पुरुष हार्मोन की जांच के लिए रक्त परीक्षण
- रक्त शर्करा को मापने के लिए रक्त परीक्षण (मधुमेह)
- रक्त प्रवाह की जांच के लिए अल्ट्रासोनोग्राफी (पेनाइल डॉपलर) परीक्षण
- एक संवहनी उत्तेजक के साथ लिंग में एक इंजेक्शन इरेक्शन का कारण बनता है
- रात भर नींद में इरेक्शन की जांच के लिए निशाचर शिशनमुद्रा (नोक्तेर्नल पेनाइल तुमसेंस, एनपीटी) परीक्षण
- ध्यान दें: जब तक कि आघात या कैंसर का आपका इतिहास न हो, ईडी की जांच के लिए धमनियों का एक्स-रे जैसे आर्टीयोग्राफी, एमआरआई या सीटी स्कैनिंग शायद ही कभी आवश्यक हो।

मस्तिष्क के बिना शरीर में कुछ भी नहीं होता है। इरेक्शन प्राप्त करने की आपकी क्षमता के बारे में चिंता करने से आपको इरेक्शन प्राप्त करना मुश्किल हो सकता है। इसे प्रदर्शन चिंता कहा जाता है। इसमें शिक्षा और उपचार के साथ मदद की जा सकती है।

अगर ईडी आपकी सेहत या रिश्तों को प्रभावित कर रहा है, तो इसका इलाज किया जाना चाहिए। उपचार का उद्देश्य इरेक्शन कार्य को ठीक करना या सुधारना, रक्त संचरण स्वास्थ्य का समर्थन करना और किसी व्यक्ति के जीवन की गुणवत्ता में मदद करना है।

जीवन शैली में परिवर्तन

ईडी के लिए उपचार आपके दिल और संवहनी स्वास्थ्य की देखभाल के साथ शुरू होता है। आपका डॉक्टर 'जोखिम कारकों' को इंगित कर सकता है जिसे बदला या सुधार किया जा सकता है। निम्न बातों के लिए आपको प्रोत्साहित किया जा सकता है:

- अपनी खाने की आदतों में सुधार करें (जैसे वनस्पति-आधारित खाद्य पदार्थ अधिक खाना, और उच्च वसा या प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों को सीमित करना)
- अपना उचित वजन बनाए रखें
- धूम्रपान बंद करें
- व्यायाम बढ़ाएं
- दवाओं और शराब को सीमित करें
- अधिक नींद (आदर्श रूप से प्रति रात 7-8 घंटे) लें

आपका डॉक्टर आपके द्वारा ली गई निर्धारित दवाओं को समायोजित करने का सुझाव दे सकता है। कृपया अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले की सलाह के बिना प्रिस्क्रिप्शन दवाओं को रोकें या बदलें नहीं।

भावनात्मक स्वास्थ्य देखभाल

आपका स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाला भावनात्मक समस्याओं के इलाज का सुझाव भी दे सकता है। ये समस्याएं रिश्तों में संघर्षों, जीवन के तनाव, अवसाद या ईडी के साथ पिछली समस्याओं (प्रदर्शन की चिंता) से उत्पन्न हो सकती हैं। आप अपने डॉक्टर से किसी योग्य यौन स्वास्थ्य परामर्शदाता या एक सामान्य मानसिक परामर्शदाता का संदर्भ देने के लिए कह सकते हैं। किसी ऐसे व्यक्ति को खोजें जो अत्याधिक प्रशिक्षित है, और आपको जीवन की चुनौतियों का प्रबंधन करने में मदद करने के लिए मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी रणनीतियों की पेशकश कर सकता है।

चिकित्सकीय उपचार

गैर आक्रामक (नान-इनवेसिव) उपचार की अक्सर पहले कोशिश की जाती है। ईडी के लिए अधिकांश सबसे प्रसिद्ध उपचार अच्छी तरह से काम करते हैं और सुरक्षित हैं। फिर भी, अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से उन दुष्प्रभावों के बारे में पूछें जो प्रत्येक विकल्प से हो सकते हैं।

ओरल ड्रग्स (खाई जाने वाली दवाएं)

पीडीई टाइप -5 इनहिबिटर (अवरोधक) के रूप में जानी जाने वाली मौखिक दवाएं पेनाइल रक्त प्रवाह को बढ़ाती हैं। ये ऐसी दवाएं हैं जिन्हें मुंह से गोली के रूप में लिया जाता है।

ईडी के लिए फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन यू.एस. (खाद्य एवं औषधि प्रशासन यू.एस.) द्वारा यू.एस. में स्वीकृत एकमात्र मौखिक एजेंट हैं:

- वियाग्रा (सिल्डेनाफिल साइट्रेट)
- लेवित्रो (वार्डेनफिल एच.सी.आई)
- सियालिसो (टाडालाफिल)
- स्टेंड्रो (अवानाफिल)

सर्वोत्तम परिणामों के लिए, ईडी की समस्या वाले पुरुषों को सेक्स करने से लगभग एक या दो घंटे पहले ये गोलियां लेनी चाहिए। पीडीई -5 इनहिबिटर (अवरोधक) एक मजबूत इरेक्शन बनाने के लिए रक्त प्रवाह में सुधार करते हैं। दवा को असर करने के लिए लिंग के लिए सामान्य तंत्रिका कार्य की आवश्यकता होती है। इन दवाओं से 10 में से 7 पुरुष अच्छा सेक्स प्रदर्शन करते हैं और इन एजेंटों के साथ पुरुष में बेहतर इरेक्शन होता है। मधुमेह या कैंसर के रोगियों में प्रतिक्रिया की दर कम है।

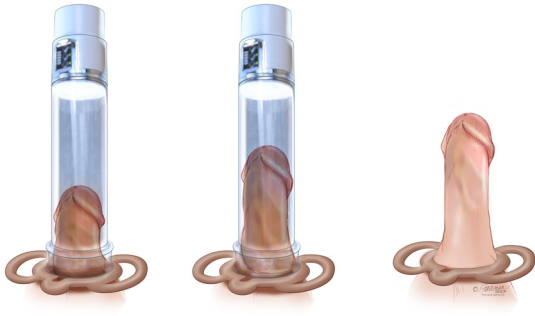
यदि आप अपने दिल के लिए नाइट्रेट ले रहे हैं, तो आप कभी भी पीडीई -5 इनहिबिटर (अवरोधक) को नहीं लेना चाहिए। पीडीई -5 इनहिबिटर का उपयोग करने से पहले आप अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से हमेशा पूछें कि यह कैसे आपके स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकता है। हमेशा निर्देशित रूप में इन दवाओं का उपयोग करें।

सबसे अधिक बार, पीडीई -5 इनहिबिटर के दुष्प्रभाव हल्के और बस थोड़े समय के लिए होते हैं। सबसे आम दुष्प्रभाव हैं:

- चेहरा लाल होना
- सरदर्द
- खट्टी डकार
- मांसपेशी में दर्द
- भरी नाक

पीडीई -5 इनहिबिटर से जुड़े अधिकांश दुष्प्रभाव शरीर के अन्य ऊतकों से संबंधित हैं। ये दवाएं आपके लिंग में रक्त के प्रवाह को बढ़ाती हैं, इसलिए वे अन्य संवहनी ऊतकों को भी प्रभावित कर सकती हैं। संभावित चिंताओं के बारे में अपने मूल रोग विशेषज्ञ से बात करें।

वैक्युम इरेक्शन डिवाइस



वैक्युम इरेक्शन डिवाइस एक प्लास्टिक ट्यूब है जो लिंग के ऊपर इस प्रकार पहनाई जाती है जिससे शरीर की त्वचा के साथ एक सील बन जाती है। ट्यूब के दूसरे छोर पर एक पंप स्तंभन ऊतक के चारों ओर एक कम दबाव वैक्यूम बनाता है। इस कम दबाव वैक्यूम से इरेक्शन होता है। एक लोचदार रिंग लिंग में रक्त को पकड़ने के लिए लिंग के आधार पर फिसल जाता है। यह 30 मिनट तक इरेक्शन बनाये रख सकता है। उचित प्रशिक्षण के साथ, 100 में से 75 पुरुष वैक्यूम इरेक्शन डिवाइस का उपयोग करके सम्भोग करने योग्य इरेक्शन प्राप्त कर सकते हैं।

पूरक आहार

आहार की खुराक (जिसे "हर्बल उपचार" भी कहा जाता है) लोकप्रिय हैं, लेकिन यह सुरक्षित या यहां तक कि काम नहीं कर सकती है। ईडी के स्व-उपचार के लिए कोई भी सप्लीमेंट लेने से पहले अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से संपर्क करें। एफडीए (फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन) ने उपभोक्ताओं को ईडी के लिए अप्रयुक्त दवाओं का उपयोग नहीं करने की चेतावनी दी है। पूरक में पीडीई-5 इनहिबिटर शामिल हो सकते हैं, जो कभी-कभी अत्याधिक मात्रा में होते हैं। इनमें अज्ञात व अघोषित तत्व भी हो सकते हैं।

टेस्टोस्टेरोन थेरेपी

दुर्लभ मामलों में जहां कम सेक्स ड्राइव और रक्त में टेस्टोस्टेरोन के निम्न स्तर पाए जाते हैं, टेस्टोस्टेरोन थेरेपी आपके यौन ड्राइव (कामेच्छा) को बढ़ाने में मदद कर सकती है। इसे ईडी ड्रग्स (पीडीई-5 इनहिबिटर) के साथ जोड़ा जा सकता है ताकि इरेक्शन में मदद मिल सके।

इंट्राकैवरनोजल (आईसीआई) और इंट्रायूरेथल (आईयू) थेरेपी

यदि ओरल (खाने की) दवाएं काम नहीं करती हैं, तो दवा एल्प्रोस्टैडिल को ईडी से ग्रस्त पुरुषों में उपयोग के लिए अनुमोदित किया जाता है। यह दवा लिंग में एक इंजेक्शन (इंट्राकैवरनोजल इंजेक्शन या "आईसीआई") के माध्यम से दी जा सकती है। या, फिर इसे मूत्रमार्ग (इंट्रायूरेथल या "आईयू थेरेपी") में रखे गए एक मेडिकेटेड टैबलेट के माध्यम से दिया जा सकता है।

स्वयं-इंजेक्शन थेरेपी

इरेक्शन पैदा करने के लिए एल्प्रोस्टैडिल को एक बहुत ही महीन सुई से लिंग की किसी एक तरफ इंजेक्ट किया जाता है। आईसीआई की मदद से यौन संबंध बनाने के लिए पर्याप्त रूप से सख्त इरेक्शन पैदा करने की सफलता की दर 85 प्रतिशत तक है। कई लोग जिन्हें ओरल पीडीई-5 इनहिबिटर से लाभ नहीं होता, उन्हें आईसीआई के साथ 'बचाया' जा सकता है। यह एक विश्वसनीय इरेक्शन करता है, जो 20-30 मिनट के बाद या चरमोत्कर्ष के साथ नीचे आता है।

यदि एल्प्रोस्टैडिल का इंजेक्शन अकेले काम नहीं करता है या दर्द का कारण बनता है, तो अलग-अलग इंजेक्टेबल पेनिल दवाओं को अधिक ताकत के लिए संयुक्त किया जाता है। सबसे लोकप्रिय इंजेक्शन को "ट्रिमिक्स" कहा जाता है। दवाओं के इस संयोजन को आमतौर पर एक फार्मासिस्ट द्वारा मिलाया जाता है और इसके लिए किसी डॉक्टर के पर्चे की आवश्यकता होती है। आपके ईडी और आपके प्रदाता के निर्णय की गंभीरता के आधार पर, मिश्रण में प्रत्येक दवा की मात्रा बदल सकती है। आपको इस बारे में प्रशिक्षित किया जाएगा कि इंजेक्शन कैसे लगाया जाए, कितना इंजेक्ट किया जाए, और घर पर दवा की खुराक को सुरक्षित रूप से कैसे बढ़ाया जाए। घर पर स्वयं ऐसा करने से पहले मूत्र रोग विशेषज्ञ के क्लिनिक में इंजेक्शन शॉट का अभ्यास करना बहुत महत्वपूर्ण है।

आईसीआई (और आईयू थेरेपी) का सबसे आम दुष्प्रभाव इसका लंबे समय तक बने रहना है, जिसे प्रियापिज्म (लिंग में अविचल दृढता) कहा जाता है। प्रियापिज्म एक इरेक्शन है जो चार घंटे से अधिक समय तक रहता है। यह दर्दनाक होता है और शिश्न के ऊतकों को नुकसान पहुंचाता है। प्रियापिज्म का अनुभव करने वाले रोगियों को उपचार के लिए एक आपातकालीन कक्ष में जाना चाहिए। रिवर्स प्रियापिज्म के लिए लिंग में फंसे हुए रक्त को निकालने की आवश्यकता होती है, साथ ही रिवर्स एजेंट के इंजेक्शन की भी आवश्यकता होती है। प्रियापिज्म के उत्क्रमण के दौरान पुरुषों की सावधानीपूर्वक निगरानी की जानी चाहिए, और इसमें उन्हें सर्जिकल मदद की आवश्यकता हो सकती है। प्रियापिज्म के कारण अलग-अलग मात्रा में शिश्न के गहरे उत्तकों की क्षति टिश्यू पेनाइल डैमेज, (फाइब्रोसिस) होती है। टिश्यू पेनाइल डैमेज(फाइब्रोसिस) ईडी की समस्या को और अधिक बिगाड़ेगा या, पूर्ण ईडी समस्या को पूरी तरह से इसके रोगी पर काबिज कर देगा।

आईसीआई का उपयोग करने वाले पुरुष जिनके शिश्न के इरेक्शन दो से लेकर चार घंटे से भी अधिक समय तक बने रहते हैं, उन्हें इमरजेंसी रूम की देखभाल में रहना चाहिए।

इंट्रायूरेथल (आईयू) थेरेपी

आईयू थेरेपी के लिए, एल्प्रोस्टैडिल दवा का एक छोटा औषधीय पेलेट (गोली या टिकिया) मूत्रमार्ग (यूरेथ्रा, आपके शरीर से मूत्र को बाहर निकालने वाली नली) में रखा जाता है। यह काम करने के लिए मूत्रमार्ग में घुल जाता है। इस तरह से दवा का उपयोग करने का मतलब है कि आपको स्वयं को एक इंजेक्शन नहीं देना होगा। दुर्भाग्य से, यह आईसीआई की तरह अच्छे प्रकार से काम नहीं कर सकता है। घर पर आईयू थेरेपी शुरू करने से पहले मूत्र रोग विशेषज्ञ के क्लिनिक में इस थेरेपी का परीक्षण किया जाना चाहिए।

आईयू एल्प्रोस्टैडिल का सबसे सामान्य दुष्प्रभाव लिंग में जलन का होना है। इसके अलावा, लंबे समय तक इरेक्शन एक समस्या हो सकती है और इसके लिए आपातकालीन कक्ष उपचार की आवश्यकता होगी। (आईयू सेक्शन में प्रियापिज्म के बारे में जानकारी देखें)

सर्जिकल उपचार

ईडी के मुख्य सर्जिकल (शल्य चिकित्सीय) उपचार में एक पेनाइल प्रत्यारोपण (इम्प्लांट) शामिल है, जिसे पेनाइल प्रोस्थेसिस भी कहा जाता है। उन पुरुषों के लिए, जिन्हें अन्य उपचारों से सफलता नहीं मिली है, या जिन्हें प्रोस्टेट कैंसर के इलाज हेतु की गई प्रोस्टेटैक्टॉमी के परिणामस्वरूप ईडी हुआ है, पेनाइल प्रत्यारोपण एक अच्छा अगला कदम हो सकता है।

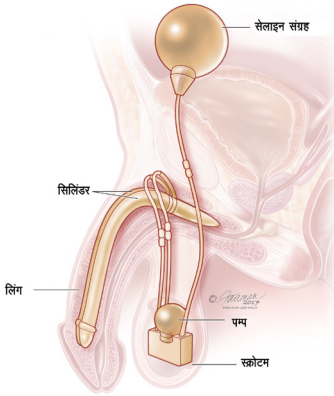
शिश्न प्रत्यारोपण (पेनाइल इम्प्लांट्स)

पेनाइल प्रत्यारोपण पूरी तरह से आपके शरीर के अंदर लगाए जाते हैं। वे एक कठोर लिंग बनाते हैं जो आपको सामान्य और सहज सेक्स करने देता है। यद्यपि पेनाइल प्रत्यारोपण सर्जरी (सभी सर्जरी की तरह) भी जोखिम वहन करती है, लेकिन इन प्रत्यारोपणों में ईडी रोगियों में सफलता और संतुष्टि की उच्च दर है। यह कई पुरुषों के लिए एक बहुत अच्छा विकल्प है।

शिश्न प्रत्यारोपण दो प्रकार के होते हैं।

अर्ध-कठोर प्रत्यारोपण या सेमी-रिजिड इम्प्लांट (बेंडेबल)

इम्प्लांट का यह सबसे सरल प्रकार, अर्ध-कठोर प्रत्यारोपण, सिलिकॉन और धातु से बनी और आसानी से मुड़ सकने वाली (इजी-टू-बेंड) दो छड़ों से बना है। ये छड़ें किसी पुरुष के लिंग को यौन प्रवेश के लिए आवश्यक दृढ़ता प्रदान करती हैं। प्रत्यारोपण को पेशाब करने के लिए नीचे झुकाया और सेक्स करने के लिए ऊपर उठाया जा सकता है।



इनफ्लैटेबल इम्प्लांट

एक इनफ्लैटेबल इम्प्लांट में लिंग में द्रव से भरे सिलिंडरों को लंबाई में रखा जाता है। ट्यूबिंग (नली-निर्माण) द्वारा इन सिलिंडरों को अंडकोश की थैली (अंडकोष के बीच) के अंदर रखे पंप से जोड़ा जाता है। जब पंप किया जाता है, तो दबाव सिलिंडर को फुलाता है और लिंग को कठोर बनाता है। इनफ्लैटेबल प्रत्यारोपण एक सामान्य दिखने वाला इरेक्शन

(स्तंभन) करते हैं और आपके साथी के लिए स्वाभाविक अनुभव का अहसास कराते हैं। इनफ्लैटेबल इम्प्लांट में, पुरुष अपने लिंग की दृढ़ता, और कभी-कभी इरेक्शन के आकार को भी नियंत्रित कर सकते हैं। इनफ्लैटेबल इम्प्लांट्स कपल को पल-पल अंतरंगता में हिस्सा लेने की अनुमति देते हैं।

पेनाइल इम्प्लांट से किसी पुरुष की शिश्न संवेदना और संभोग सुख में बहुत कम या कोई बदलाव नहीं होता है। पेनाइल इम्प्लांट इरेक्शन में मदद कर सकते हैं, लेकिन ये कैंसर या इसके उपचार से शिश्न संवेदना, ऑर्गेज्म या स्खलन को हुए नुकसान की पूर्ती नहीं कर सकते।

यह सर्जरी किस तरह की है?

पेनाइल इम्प्लांट सर्जरी ज्यादातर एनेस्थीसिया देकर की जाती है। इसमें आमतौर पर, एक छोटा सर्जिकल कट बनाया जाता है। कट या तो लिंग के ऊपर होता है जहां यह पेट से जुड़ता है या लिंग के नीचे जहां यह अंडकोश में जुड़ता है। इसमें कोई ऊतक नहीं निकाला जाता है। इसमें खून भी बहुत कम बहता है। सर्जरी के बाद मरीज या तो उसी दिन घर वापस जाएगा या उसे एक रात अस्पताल में बितानी होगी।

शिश्न प्रत्यारोपण (पेनाइल इम्प्लांट) के बाद स्वास्थ्य लाभ या रिकवरी:

- ज्यादातर पुरुषों को पहले दर्द महसूस होगा। इसके लिए अक्सर एक अल्पकालिक मादक दर्द-राहत दवा दी जाती है। इसका उपयोग एक से दो सप्ताह तक सुरक्षित रूप से किया जा सकता है। पहले सप्ताह के बाद, मादक दवा के बजाय ओवर-द-काउंटर दर्द दवाओं (जैसे एसिटामिनोफेन या इबुप्रोफेन) का उपयोग किया जा सकता है।
- सर्जरी के बाद बेचैनी, घाव और सूजन कुछ हफ्तों तक रहेगी।
- पहले महीने के लिए, पुरुषों को अपनी शारीरिक गतिविधि को सीमित करना चाहिए। सर्जन यह बताएगा कि उपचार की अवधि में कब और कितना व्यायाम सहायक होता है।
- अधिकांश पुरुष सर्जरी के आठ सप्ताह बाद अपने शिश्न प्रत्यारोपण से यौन संबंध बनाना शुरू कर सकते हैं। यदि सूजन या दर्द रहता है, तो प्रत्यारोपण का उपयोग करने में देरी हो सकती है। सर्जन या आपका हेल्थकेयर विशेषज्ञ आपको दिखाएगा कि कैसे इम्प्लांट को सुरक्षित रूप से फुलाया और पिचकाया (डिफ्लेक्ट) जाए।

उपचार की अवधि के दौरान शुरू में पहले इम्प्लांट सर्जरी में रक्तस्राव, संक्रमण, नरमी और दर्द हो सकता है। समय के साथ, डिवाइस की विफलता का खतरा होता है। इसके प्रतिस्थापन के लिए एक और सर्जरी की आवश्यकता होगी। बहुत से लोग इसके साथ आगे बढ़ने से पहले किसी ऐसे व्यक्ति से बात करना उपयोगी समझते हैं, जिसकी प्रत्यारोपण सर्जरी हुई थी।

यदि आपको सर्जरी के बाद संक्रमण हो जाता है, तो प्रत्यारोपण को हटा दिया जाएगा। यदि किसी पेनाइल प्रोस्थेसिस को हटा दिया जाता है, तो अन्य गैर-सर्जिकल उपचार अब काम नहीं कर सकते हैं। अधिकांशतः ये उपकरण विश्वसनीय हैं। यदि कोई यांत्रिक समस्या है, तो डिवाइस या डिवाइस के एक हिस्से को शल्य चिकित्सा द्वारा प्रतिस्थापित करने की आवश्यकता होगी।

पेनाइल इम्प्लांट वाले अधिकांश पुरुष और उनके साथी कहते हैं कि वे परिणामों से संतुष्ट हैं।

क्लिनिकल (नैदानिक) परीक्षण

ईडी के इलाज हेतु कई उपचारों का अध्ययन किया जा रहा है:

- कसट्रॉकोपॉरियल शॉक वेव थेरेपी (ईएसडब्ल्यूटी)- इरेक्शन (स्तंभन) ऊतकों की मरम्मत और प्राकृतिक इरेक्शन को बहाल करने में मदद करने के लिए कम तीव्रता वाली शॉक वेव्स।
- स्टेम सेल के इंटरकैवरनोजल इंजेक्शन - सावधानीपूर्वक ऊतक को फिर से विकसित करने में मदद करने के लिए।
- इंटरकैवरनोजल इंजेक्शन ऑटोलॉग्स प्लेटलेट रिच प्लाज्मा (एपीआरपी) - सावधानीपूर्वक ऊतक को फिर से बढ़ने में मदद करने के लिए।

ये परीक्षण वर्तमान में एफडीए द्वारा अनुमोदित नहीं हैं, लेकिन उन्हें अनुसंधान अध्ययन (नैदानिक परीक्षणों) के माध्यम से प्रस्तुत किया जा सकता है। जो रोगी इसमें रुचि रखते हैं, उन्हें उनके बारे में पूछना चाहिए। नैदानिक अध्ययन में प्रवेश करने से पहले, आप उपचार के जोखिमों और लाभों (सूचित सहमति) पर चर्चा करेंगे। एफडीए द्वारा अभी तक अनुमोदित नहीं की गई अधिकांश चिकित्सा किसी भी बीमा (सरकारी या निजी) कंपनी द्वारा कवर नहीं की जाती है।

उपचार के बाद

उपचार के बाद

ईडी के सभी उपचारों का उपयोग, आवश्यकतानुसार, सेक्स के लिए और फिर वियरऑफ (लक्षणों को मिटाना) के लिए किया जाता है। इसका अपवाद प्रत्यारोपण सर्जरी है। हालांकि ये उपचार ईडी के लक्षणों को दूर करने में मदद करते हैं, लेकिन ये लिंग में अंतर्निहित समस्या को ठीक नहीं करते हैं। पुरुषों को अंतर्निहित कारण के बारे में जानना चाहिए, और किसी भी चिकित्सीय या भावनात्मक मसले का प्रबंधन करना चाहिए जो समस्या का कारण हो सकता है। अच्छी खबर यह है कि आपको अपने प्रेममय जीवन को छोड़ना नहीं है। ईडी को रोका जा सकता है या इसका सुरक्षित रूप से इलाज किया जा सकता है!

आपके चिकित्सक से पूछें जाने वाले सवाल

- क्या आप ईडी समस्या में मेरी मदद कर सकते हैं या मुझे किसी विशेषज्ञ की आवश्यकता है?
- यदि मुझे किसी विशेषज्ञ (मूत्र रोग विशेषज्ञ) की आवश्यकता है तो क्या आपके पास मेरे लिए कोई रेफरल है?
- क्या आप मेरे हृदय और रक्त के स्वास्थ्य की जांच कर सकते हैं?
- क्या मेरे ईडी के कारण का पता लगाने के लिए कोई अन्य परीक्षण हैं?
- क्या ईडी को रोकने के लिए मैं कुछ भी कर सकता हूँ?
- क्या कोई जीवन शैली में परिवर्तन हैं जो मेरे लक्षणों को दूर करने में मदद कर सकते हैं?
- मेरे लिए किस प्रकार के उपचार उपलब्ध हैं और क्यों?
- आपके द्वारा सुझाए गए प्रत्येक प्रकार के उपचार के फायदे और नुकसान क्या हैं?

नोट्स

धमनी

रक्त वाहिकाएं जो आपके दिल से ऑक्सीजन और पोषक तत्वों को आपके शरीर के बाकी हिस्सों तक ले जाती हैं।

एथेरोस्क्लेरोसिस, धमनीकलाकाठिन्य

प्लेक, वसा, कोलेस्ट्रॉल या अन्य तत्वों के निर्माण (जमा होने) के कारण धमनियों का संकुचित होना। इसे धमनियों का सख्त होना भी कहा जाता है।

चरमोत्कर्ष

किसी चीज का सबसे तीव्र या रोमांचक बिंदु। एक यौन चरमोत्कर्ष को एक संभोग सुख भी कहा जाता है। यह पुरुषों में लिंग को उत्तेजित करने, स्खलन के साथ समाप्त होने के परिणामस्वरूप हो सकता है।

मधुमेह

एक बीमारी जो तब होती है जब आपके शरीर में ग्लूकोज, जिसे रक्त शर्करा भी कहा जाता है, बहुत अधिक होता है।

स्खलन

यौन चरमोत्कर्ष (स्खलन) के दौरान लिंग से वीर्य का निकलना।

स्तंभन दोष

सेक्स के लिए पर्याप्त रूप से एक ऐसी इरेक्शन को प्राप्त करने या रखने में परेशानी।

प्रत्यारोपण

सर्जरी के माध्यम से किसी व्यक्ति के शरीर में ऊतक या एक चिकित्सा वस्तु को प्रत्यारोपित या व्यवस्थित करना।

ओरल ड्रग

मुंह से ली जाने वाली दवा।

पेरिपेरल आर्टरी बीमारी / (पैड)

एक आम रक्त परिसंचरण समस्या, जहां संकुचित हो गई है धमनियां अंगों तक रक्त के प्रवाह को सीमित करती हैं। यह धमनियों (एथेरोस्क्लेरोसिस) में वसा जमा होने की समस्या का अधिक गंभीर संकेत देता है।

पौरुष ग्रंथि

पौरुष ग्रंथि जो मूत्राशय और लिंग के बीच बैठती है।

प्रियापिज्म, लिंग में अविचल दृढ़ता

एक इरेक्शन जो चार घंटे से अधिक समय तक रहता है। यह दर्दनाक है और शिश्न के ऊतकों को नुकसान पहुंचाता है।

चिकित्सीय प्रक्रिया

पूरे प्रोस्टेट और कैंसर के ऊतकों को हटाने के लिए सर्जरी। यह दो प्रकार की होती है: रेट्रो-प्यूबिक और पेरिनेल।

स्क्रീनिंग टेस्ट

टेस्ट जो बीमारी की प्रारंभिक अवस्था में जांच करते हैं, संभवतः जब उपचार मदद कर सकता है।

शुक्राणु

इसे स्पर्मटोजा भी कहा जाता है। ये अंडकोष में बनी पुरुष प्रजनन कोशिकाएं हैं जो एक महिला साथी के अंडों को निषेचित कर सकती हैं।

पूरक

कुछ स्वास्थ्य लाभ प्रदान करने के लिए विटामिन, खनिज, जड़ी बूटी, एंजाइम या अन्य सामग्री। ये फूड ऐण्ड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (एफडीए) द्वारा विनियमित नहीं हैं।

अंडकोष

लिंग के नीचे एक थैली (अंडकोष) में स्थित, अंडे के आकार की ग्रंथियाँ। वे शुक्राणु और टेस्टोस्टेरोन का उत्पादन करती हैं।

टेस्टोस्टेरोन थैरपी

एक उपचार जहां रक्त (और अन्य लक्षणों) में कम टेस्टोस्टेरोन के स्तर के लिए दवा दी जाती है। टेस्टोस्टेरोन थैरपी एक गोली, जेल (नाक के माध्यम से), त्वचा के नीचे टिकिया, या त्वचा पर क्रीम, पैच या जेल के साथ दी जाती है।

मूत्रमार्ग

शरीर से मूत्र को बाहर निकालने के लिए लिंग के माध्यम से मूत्राशय से निकलने वाली नली, स्खलन के दौरान वीर्य इस नली से होकर जाता है।

मूत्र

रक्त से गुर्दे द्वारा फिल्टर किया गया तरल अपशिष्ट। इसे पहले मूत्राशय में संग्रहीत किया जाता है और फिर मूत्रमार्ग के रास्ते शरीर के बाहर ले जाया जाता है (जिसे पेशाब करना या खाली करना कहा जाता है)।

मूत्र रोग विशेषज्ञ

एक मूत्र रोग विशेषज्ञ चिकित्सक जो मूत्र संबंधी प्रणाली के साथ-साथ पुरुष और महिला यौन रोगों के इलाज में माहिर है।

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन के बारे में

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन के बारे में

यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन दुनिया का प्रमुख यूरोलॉजिकल फाउंडेशन है और अमेरिकी यूरोलॉजिकल एसोसिएशन की आधिकारिक नींव है। हम मूत्र संबंधी स्वास्थ्य के प्रबंधन के लिए सक्रिय रूप से तैयार लोगों और स्वास्थ्य परिवर्तन के लिए तैयार लोगों के लिए जानकारी प्रदान करते हैं। हमारी जानकारी अमेरिकन यूरोलॉजिकल एसोसिएशन संसाधनों पर आधारित है और चिकित्सा विशेषज्ञों द्वारा इसकी समीक्षा की जाती है।

अधिक जानकारी के लिए, यूरोलॉजी केयर फाउंडेशन की वेबसाइट UrologyHealth.org/UrologicConditions पर जाएँ या अपने निकट किसी डॉक्टर से मिलने के लिए हमारी वेबसाइट UrologyHealth.org/FindAUrologist पर संपर्क करें।

अस्वीकरण:

यह जानकारी स्व-निदान के लिए कोई उपकरण या किसी पेशेवर चिकित्सा सलाह का विकल्प नहीं है। उस प्रयोजन के लिए इसका उपयोग नहीं करना चाहिए या इस पर निर्भर नहीं होना चाहिए। कृपया अपनी स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं के बारे में अपने मूत्र रोग विशेषज्ञ या स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से बात करें। दवाइयों सहित किसी भी उपचार को शुरू करने या रोकने से पहले हमेशा एक स्वास्थ्य सेवा प्रदान करने वाले से परामर्श करें।

इरेक्टाइल डिस्फंक्शन (स्तंभन दोष) और अन्य मूत्र संबंधी स्थितियों के बारे में मुद्रित सामग्री की प्रतियों के लिए, UrologyHealth.org/Order पर जाएं या 800-828-7866 पर कॉल करें।

अधिक जानकारी के लिए, संपर्क करें:

Urology Care
FOUNDATION™
*The Official Foundation of the
American Urological Association*

1000 कॉर्पोरेट बुलवर्ड,
लिनथिकम, एमडी 21090
1.800.828.7866

UrologyHealth.org

अन्य मुद्रित सामग्री की प्रतियों और अन्य मूत्र संबंधी स्थितियों के बारे में ज्यादा जानकारी के लिए www.UrologyHealth.org/Order पर जाएं।