

Στυτική δυσλειτουργία/σεξουαλική άνικανότητα στην καρδιακή ανεπάρκεια. Συμβουλευτικές και θεραπευτικές παρεμβάσεις.

Θεμιστοκλής Θ. Κυρλίδης

Επιμελητής Α', Καρδιολογικό Τμήμα, Γ.Ν. Βόλου.

Υπάρχουν πολλές μελέτες και δημοσιεύσεις, που άφορούν στην σεξουαλική λειτουργία ασθενών με γνωστή στεφανιαία νόσο (στηθάγχη, έμφραγμα ή μετά από επέμβαση by pass). Αντίθετα, η βιβλιογραφία είναι ιδιαίτερα φτωχή σε ό,τι αφορά την σεξουαλική λειτουργία ασθενών με χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια. Και αυτό, παρά το γεγονός ότι 60 έως 87% των ασθενών αυτών αναφέρουν σεξουαλικά προβλήματα, ποσοστό παρόμοιο με το ποσοστό υγιών προσώπων της τρίτης ηλικίας.

Παρόμοια προβλήματα περιγράφονται και στον γυναικείο πληθυσμό με καρδιακή ανεπάρκεια, όπου 76% των ασθενών αναφέρει άνοργασμική συνουσία.

Το θέμα αυτό είναι ιδιαίτερα σοβαρό, επειδή επηρεάζει άρνητικά την ποιότητα ζωής, δημιουργώντας μία κυκλική ανατροφοδοτούμενη σχέση μεταξύ σεξουαλικής δυσλειτουργίας, άγχους και κατάθλιψης.

Κατά την διάρκεια της φυσιολογικής σεξουαλικής δραστηριότητας, η μέση καρδιακή συχνότητα είναι περίπου 120 σφύξεις ανά λεπτό και η μέση αρτηριακή πίεση 160/90 mmHg. Η ενέργεια που απαιτείται είναι, περίπου, ίση με την ενέργεια που ξοδεύουμε, όταν σκουπίζουμε ή ξεσκονίζουμε, εκφράζεται από τους ειδικούς ως μεταβολικό ισοδύναμο ή MET και είναι περίπου 2,5 έως 3,5 MET.

Η φυσιολογική σεξουαλική λειτουργία στον άνθρωπο προϋποθέτει την συνεργασία ορμονικών, αγγειακών και νευρολογικών παραγόντων, που οδηγούν τελικά στην σύση. Στους άνδρες, κατά τη διάρκεια του σέξ, ενεργοποιείται το παρασυμπαθητικό νευρικό σύστημα, απελευθερώνεται όξείδιο του άζωτου από το ένδοθελίο των σηραγγωδών σωμάτων του πέους (είναι δοκίδες συνδετικού ιστού με πολλά διακεία μεταξύ τους), προκαλείται χάλαση των λείων μυϊκών ινών των σωμάτων αυτών, είσορη αίματος και τελικά σύση.

Στους ασθενείς με καρδιακή ανεπάρκεια υπάρχουν πολλοί παράγοντες, που δυσκολεύουν την φυσιολογική σεξουαλική λειτουργία, όπως :

Α) Οί ασθενείς αυτοί έχουν συχνά συμπτώματα, όπως δύσπνοια, εύκολη κόπωση, δυσανεξία σε κάθε δραστηριότητα και αυτό συμβαίνει και κατά την διάρκεια του σέξ.

Β) Πάσχουν από συνοδά νοσήματα, όπως είναι ο σακχαρώδης διαβήτης και η άποφρακτική πνευμονοπάθεια, που επιτείνουν ακόμη περισσότερο το πρόβλημα.

Γ) Λαμβάνουν φαρμακευτική αγωγή, που με διάφορους μηχανισμούς μπορεί να επιδεινώσει ακόμη περισσότερο την

στυτική λειτουργία. Τέτοια φάρμακα είναι οι β-άποκλειστές, ή δακτυλίδα, τα θειζιδικά διουρητικά και οι ανταγωνιστές των άλατοκορτικοειδών.

Δ) Υπάρχει και το φαινόμενο "Nocebo", στο οποίο και μόνο ή γνώση ότι ένα φάρμακο μπορεί να ευθύνεται για στυτική δυσλειτουργία, την προκαλεί ως ψυχολογική αντίδραση, χωρίς να ευθύνεται στην πραγματικότητα ή φαρμακευτική ουσία.

Η αντιμετώπιση των ασθενών με καρδιακή ανεπάρκεια και σεξουαλική δυσλειτουργία αποτελεί πρόκληση και περιλαμβάνει τα εξής:

1) Βελτιστοποίηση της λειτουργικής ικανότητας των ασθενών και προσπάθεια εξάλειψης των συμπτωμάτων, τόσο μέσω χορήγησης φαρμάκων όσο και μέσω αλλαγής τρόπου ζωής, όπως είναι η διακοπή του καπνίσματος, ή κατάλληλη δίαιτα, ή απώλεια βάρους και η αντιμετώπιση συννοσηροτήτων, όπως είναι ο σακχαρώδης διαβήτης και ή χρόνια άποφρακτική πνευμονοπάθεια. Επιπρόσθετα, ή καθημερινή άσκηση έπαιξάνει την λειτουργική ικανότητα του ασθενούς, βελτώνει την ποιότητα ζωής του και συμβάλλει στην καλύτερη ρύθμιση παραγόντων κινδύνου, όπως ή υπερχοληστερολαιμία και ή υπέρταση.

2) Άποφυγή φαρμάκων που προκαλούν σεξουαλική δυσλειτουργία, όπως ή δακτυλίδα και τα θειζιδικά διουρητικά. Αντικατάσταση πρώτης και δεύτερης γενιάς β-άποκλειστών από νεότερους, που δεν προκαλούν στυτική δυσλειτουργία. Υποστηρίζεται, επίσης, ότι βοηθάει και ή αντικατάσταση της σπιρονολακτόνης από την νεότερη έπλερονόνη, έννοείται πάντα με τη σύμφωνη γνώμη του θεράποντος ιατρού.

3) Σημαντικά όπλα στη φαρέτρα, για την αντιμετώπιση της στυτικής δυσλειτουργίας, άποτελούν και οι άναστολείς της φωσφοδιεστεράσης 5 (PDE5). Πρόκειται για τέσσερα φάρμακα, την σιλδεναφίλη-νίαγρα, την τανταλαφίλη-cialis, την βαρδεναφίλη-levitra και την άβαναφίλη-sildenafil. Η δράση τους συνίσταται στην άναστολή του ένζυμου φωσφοδιεστεράση 5, που έχει ως τελικό άποτέλεσμα την παρατεταμένη χάλαση των λείων μυϊκών κυτάρων των σηραγγωδών σωμάτων του πέους, που, τελικά, εύνοεί την σύση. Διαφέρουν μεταξύ τους, κυρίως, στην διάρκεια της δράσης τους, με μεγαλύτερη διάρκεια να έχει ή τανταναφίλη (cialis). Είναι άσφαλή, δεν σχετίζονται με αύξηση καρδιακών συμβαμάτων και είναι ιδιαίτερα άποτελεσματικά. Ο μόνος

περιορισμὸς στὴν χορήγησή τους εἶναι ἡ συγχορήγηση μὲ νιπρώδη, πὸν μπορεῖ νὰ προκαλέσει θανατηφόρα ὑπόταση. Ἀντιθέτως, ἡ συγχορήγηση μὲ ἄλλα ὑποτασικά σκευάσματα, πὸν χρησιμοποιοῦνται ἀπὸ αὐτοὺς τοὺς ἀσθενεῖς, εἶναι ἀσφαλῆς, μὲ μία μικρὴ τροποποίηση τῆς δοσολογίας αὐτῶν τῶν σκευασμάτων. Οἱ ἀναστολεῖς τῆς φωσφοδιεστεράσης ἔχουν χρησιμοποιηθεῖ καὶ σὲ γυναῖκες, χωρὶς νὰ ἔχουν δείξει κάποιο ἀποτέλεσμα στὶς διαταραχὲς τῆς ἐρωτικῆς διέγερσης, ἐνῶ ἡ ἀσφάλειά τους δὲν ἔχει μελετηθεῖ ἐπαρκῶς στὸ γυναικεῖο πληθυσμό.

4) Ὅσον ἀφορᾷ στὸ φαινόμενο "Nocebo", ἡ ἀντικατάσταση ἑνὸς φαρμάκου, πὸν θεωρεῖται ἀπὸ τὸν ἀσθενῆ ὑπεύθυνο γιὰ στυτική δυσλειτουργία ἀπὸ ἄλλο τῆς ἴδιας κατηγορίας, μπορεῖ νὰ λύσει τὸ πρόβλημα.

5) Σημαντικὸ ρόλο μπορεῖ νὰ παίξει καὶ ἡ σεξουαλικὴ συμβουλευτικὴ, μέσῳ συγκεκριμένων μοντέλων, πὸν βελτιώνουν τόσο τὴν ψυχολογικὴ διάθεση τοῦ ἀσθενοῦς ὅσο

καὶ τὴν σεξουαλικὴ του λειτουργία.

Γενικά, ἀσθενεῖς μὲ καλὰ ρυθμισμένη καρδιακὴ ἀνεπάρκεια, μποροῦν, ἐνίοτε καὶ μὲ τὴν βοήθεια φαρμάκων τύπου βιάγκρα, νὰ ἔχουν μία ἀποδεκτὴ σεξουαλικὴ ζωὴ καὶ δραστηριότητα. Ἀντίθετα, ὅταν ὑπάρχει ἀπορρύθμιση τῆς καρδιακῆς ἀνεπάρκειας, ἀπαιτεῖται ἀποχή ἀπὸ τὸ σέξ. Χρειάζεται, τότε, ἀναπροσαρμογὴ τῆς θεραπείας, ἕως ὅτου βελτιωθεῖ ὁ ἀσθενής. Πρὶν ὅμως γίνεῖ ἐπανεναρξη τῆς σεξουαλικῆς δραστηριότητος, καλὸ εἶναι νὰ γίνεῖ διαστρωμάτωση τοῦ κινδύνου μὲ ἀνάλογες ἐξετάσεις καὶ δοκιμασίες (τῆστ κοπῶσεως, ὑπερηχογράφημα, δοκιμασία βαδίσματος 6 λεπτῶν).

Ἕνας ἀποδεκτός, ἀπλὸς γενικὸς κανόνας πὸν ἰσχύει, εἶναι ὅτι ἀσθενεῖς μὲ χρόνια, καλῶς ρυθμιζόμενη καρδιακὴ ἀνεπάρκεια, πὸν μποροῦν νὰ ἀνέβουν σκάλες δυὸ ὁρόφων χωρὶς συμπτώματα, μποροῦν νὰ ἔχουν ἀσφαλῆ σεξουαλικὴ δραστηριότητα. ●