

# 8 cách chữa yếu sinh lý ở nam giới an toàn hiệu quả chuẩn y khoa

Theo thống kê, liệu có đến 34% phái mạnh Việt nam giới mắc phải yếu sinh lý, trong đó số trường hợp phái mạnh mắc phải bệnh vô sinh chiếm tầm 8% - 10%. Đáng để ý, con số này thì có gia tăng theo đã năm cùng với liệu có xu hướng trẻ hóa, phổ biến nhất ở đàn ông từ 30 độ tuổi trở lên. Trong bài viết này, bác sĩ Trần Huy Phước, Trung tâm đào thải niệu - Thận học - nam khoa, bệnh viện Đa khoa Tâm Anh TP.HCM sẽ chia sẻ các phương pháp chữa bệnh sinh lý yếu ở đàn ông tác dụng tốt, an toàn đang được dùng thường gặp bây giờ.

## Tổng quan về tình trạng yếu sinh lý tại phái mạnh

Bệnh sinh lý yếu là tình trạng thường gặp tại phái mạnh liên quan tới vấn đề "cậu bé" không thể đạt được hay duy trì mức độ cũng như khi cương dương trong suốt giai đoạn quan hệ tình dục có khả năng kèm theo tình trạng suy giảm kích thích hay phóng tinh sớm...

### Một. Nguyên nhân

Có đa số nguyên nhân làm cho đàn ông mất phong độ nam giới vốn thì có. Nguyên nhân có thể tới từ suy nhược nội bài tiết tố bạn nam vì tuổi tác, bệnh lý, chấn thương, thắc mắc tâm lý, lối sống thiếu lành mạnh. Cụ thể như là dưới :

Sinh lý yếu do tuổi tác : suy nhược nội tiết tố đấng mày râu testosterone.

- Sinh lý yếu vì bệnh lý : bệnh tim mạch, tiểu đường, cao huyết áp, mỡ trong máu, béo phì, thận mạn tính, xơ vữa động mạch, bệnh lý Peyronie, đột quy, bệnh lý Parkinson.
- Bệnh yếu sinh lý vì chấn thương, tổn thương : gãy dương vật; chấn thương xương chậu; đã từng đáp ứng mổ khu vực chậu gồm phẫu thuật trị ung thư tuyến tiền liệt, bàng quang cùng với đại tràng; xạ điều trị.
- Sinh lý yếu do công dụng phụ của thuốc : Thuốc chống trầm cảm, thuốc giảm sút lo lắng, thuốc máu áp, thuốc kháng histamine, thuốc điều trị Parkinson, thuốc ngủ, thuốc ổn định nhịp tim,...
- Sinh lý yếu bởi chất kích thích : Hút thuốc lá, dùng quá nhiều rượu bia, dùng chất gây nên nghiện ví dụ ma túy hoặc buộc phải sa.
- Bệnh yếu sinh lý bởi câu hỏi tâm lý : căng thẳng cải thiện, lo âu, trầm cảm, hội chứng sợ tình dục, mặc cảm e ngại.

## 2. Dấu hiệu

Những dấu hiệu rõ ràng cho nhòm thấy đàn ông đang bắt gặp khúc mắc sở hữu chức năng sinh sản gồm có :

[các phòng khám nam khoa uy tín tại hà nội](#)

[phòng khám tư nhân](#)

[chữa bệnh xuất tinh sớm ở đâu](#)

[chữa bệnh yếu sinh lý ở đâu](#)

[phòng khám bệnh trĩ](#)

[chi phí mổ trĩ nội](#)

[chữa viêm lộ tuyến cổ tử cung ở đâu](#)

[đốt viêm lộ tuyến cổ tử cung bao nhiêu tiền](#)

[địa chỉ phá thai](#)

[phá thai hết bao nhiêu tiền](#)

[cắt bao quy đầu hết bao nhiêu tiền](#)

[địa chỉ cắt bao quy đầu](#)

[cách phá thai an toàn nhất](#)

[xét nghiệm sùi mào gà hết bao nhiêu tiền](#)

[chua bệnh sùi mào gà ở đâu](#)

[khám bệnh xã hội ở đâu tốt nhất](#)

[khám bệnh giang mai ở đâu](#)

[chữa bệnh lậu ở hà nội](#)

[cắt tuyến mồ hôi nách ở bệnh viện nào](#)

Phức tạp trong vấn đề đạt được sự cương cứng trước thời gian làm chuyện đó.

- "cậu bé" có thể cương tuy vậy khi duy trì ngắn.
- Tận gốc biến mất xác suất cương cứng ( còn gọi là bất lực ).
- Rối loạn nhiệm vụ bản tinh gồm có : ra tinh sớm, trễ hoặc không xuất tinh hay bản tinh ngược.
- Ham muốn tình dục suy giảm.
- Không dễ dàng đạt ham muốn tình dục.
- Không cảm giác hài lòng dưới thời gian làm chuyện ấy.
- Cảm giác đau thời gian quan hệ.

Bệnh yếu sinh lý bao gồm nhiều dấu hiệu đó là rối loạn cương dương, bản tinh kịp thời, suy giảm kích thích ham muốn tình dục

## **Bệnh sinh lý yếu phái mạnh liệu có điều trị khỏi được không ?**

Liệu có. Biến đổi chứng năng sinh dục ở phái mạnh hoàn toàn có thể trị khỏi. Mặc dù vậy, đây là câu hỏi “khó nói”, miễn cảm nên đa dạng đáng mà râu thì có xu thế giấu diếm bệnh, né hạn chế điều trị, khiến cho tình hình bệnh lý ngày càng nặng hơn.

# Chẩn đoán trình trạng yếu sinh lý ở nam giới

Để kết luận liệu con trai thì có đang gặp tình hình bệnh yếu sinh lý hoặc không, bác sĩ có thể sử dụng các bí quyết phỏng đoán không giống nhau, gồm :

## 1. Thăm hỏi tiền sử bệnh lý

Chuyên gia hỏi người bệnh một số nỗi niềm về tiền sử bệnh, những mẫu thuốc đang sử dụng, vấn đề gặp phải khi quan hệ, cảm giác của bệnh nhân về xác suất cương cứng của chính mình, khả năng giữ cương, khi nhận ra triệu chứng bệnh yếu sinh lý lần đầu, tần suất làm chuyện ấy, vướng mắc chảy tinh... đồng thời, bác sĩ giải bày thêm mang bạn tình của bạn để thu thập thêm hiểu biết về hiện tượng bệnh của bạn.

## 2. Thăm khám

Bác sĩ có khả năng yêu cầu người bệnh đáp ứng một vài xét nghiệm để định vị chuẩn xác nguyên nhân dẫn tới tình trạng bệnh sinh lý yếu. Các kiểm tra này bao gồm : xét nghiệm nồng độ testosterone, xét nghiệm mỡ trong máu, xét nghiệm chức năng gan cũng như thận, xét nghiệm tuyến giáp, kiểm tra nước đái, siêu âm doppler "cậu nhỏ", rất âm tinh hoàn, cực kỳ âm tiền liệt tuyến qua trực tràng, chụp mạch cùng hưởng từ MRI.

## Bí quyết chữa bệnh yếu sinh lý tại nam giới được bảo vệ tác dụng tốt

Thì có một số cách trị bệnh yếu sinh lý ở phái mạnh một cách khi không đó là thay đổi thói quen sinh hoạt, khẩu phần ăn uống, tăng cường chuyển động hay chữa trị tính mạng tâm thần. Đồng thời, một vài liệu pháp y khoa cũng có khả năng được sử dụng trong một vài tình huống cố định.

Tin cậy nhất bạn nên tới bệnh viện thăm khám chuyên gia để định vị chính xác nguyên nhân cùng với lựa chọn bí quyết chữa trị bệnh sinh lý yếu cánh mày râu khoa học nhất. Dưới đây là những cách chữa trị yếu sinh lý đáng mày râu phổ biến :

## 1. Chế độ ăn uống phù hợp

Khẩu phần ăn uống khoa học, hợp lý, giàu dinh dưỡng ngoài việc là “chìa khóa” cho cải thiện tính mạng khái quát, mà còn giúp đáng mày râu duy trì chức năng tình dục ổn định, ngăn chặn nguy cơ bệnh yếu sinh lý.

Chế độ ăn kiểu Địa Trung Hải ưu tiên rau củ quả, các mẫu ngũ cốc nguyên hạt, đậu cũng như đặc trưng để dài dầu ô liu nguyên chất. Chế độ này để cập không mang đường cũng như bột tinh chế làm giảm khả năng bị bệnh tiểu đường, cholesterol lớn. Những chiếc món ăn trong chế độ ăn Địa Trung Hải chứa nhiều chất tránh oxy hóa, vitamin, khoáng chất cũng như chất xơ, toàn bộ đều là các thành phần chủ yếu cho giảm nguy cơ bị bệnh mạn tính

Trong các cái hoa quả, rau, củ, ngũ cốc, trà, cà phê và đa dạng dòng nông sản rất giàu flavonoid – hợp chất thì có tác dụng tăng nồng mức độ testosterone, suy giảm nguy cơ dương liệt tại đáng mày râu từ 18 - 40 tuổi.

Đồng thời, ăn sử dụng khoa học mang phổ biến thực phẩm khoa học, kiêng thuốc lá, rượu bia và những chất ham muốn giúp các đàn ông hạn chế được nguy cơ nhiễm bệnh tim mạch, tắc nghẽn động mạch, tiểu đường, béo phì... là những yếu tố góp phần làm cho tăng khả năng rối loạn cương

duong.

## 2. Chính sách lao động, tập cũng như nghỉ ngơi thích hợp

Bên cạnh 1 khẩu phần ăn uống khoa học thì việc cân với giữa công vấn đề, luyện tập thể dục cùng với nằm nghỉ khoa học cũng là bí quyết hỗ trợ chữa sinh lý yếu đấng mày râu 1 phương pháp tự dung.

Ngoại trừ thời điểm dành giúp công vấn đề, phái mạnh nên sắp xếp quỹ lúc dành giúp các hoạt động thể chất cũng như nghỉ ngơi, thư thái, giảm thiểu lao động quá sức.

Vấn đề giữ lối sinh hoạt luyện tập thể dục thể thao có khả năng cho con trai gặp phải sinh lý yếu cải thiện tình trạng bệnh lý, đặc thù với đấng mày râu thừa cân, béo phì. Những vận động thể chất giúp đốt cháy mỡ thừa, tăng cường tuần hoàn máu, trợ giúp tính mệnh tim mạch, tăng mức testosterone, cho phục hồi phong mức độ nam giới.

Thống kê ở các con trai bị sinh lý yếu cho phát hiện, luyện tập thể dục cường cấp độ trung bình đến cao 40 phút/ngày, 4 ngày/tuần trong 6 tháng cho giảm sút biểu hiện liệt dương. Những môn thể dục phù hợp để nam giới lựa chọn gồm : chạy bộ, đi dạo sớm, đạp xe, bơi lội.

Tuy vậy hành cũng di chuyển chưa thể thiếu những hoạt động ngồi nghỉ, thư thái, khôi phục cơ thể, đặc thù trú trọng lên cải thiện chữ tín giấc ngủ. Đàn ông đều đặn không đủ ngủ, tin cậy giấc ngủ yếu không khó thấy câu hỏi sinh dục hơn do nồng cấp độ testosterone suy nhược.

## 3. Tâm lý trị liệu

Lo lắng, lo âu, trầm cảm, stress... là những vướng mắc tâm lý nguy hiểm đáng đề cập đến ham muốn tình dục ở nam giới. Bên cạnh đó, con trai bị bệnh yếu sinh lý thường dễ mất tự tin, tự tin, cảm giác đối tác không tôn trọng chính mình. Điều này càng làm cho tình hình bệnh lý trở thành trầm trọng hơn.

Vấn đề chữa liệu tinh thần thì có lợi ích tốt trong vấn đề giúp đấng mày râu vượt qua các nỗi sợ vô hình đối với vấn đề tình dục, qua ấy cho nâng cao hiện tượng mất cân bằng chức năng sinh lý. Ngoại trừ trị mang y bác sĩ tâm sinh lý, đấng mày râu buộc phải lưu tâm dành khi thoải mái, đi du lịch, nghe nhạc... để giải phóng lo lắng, áp lực, giảm thiểu bệnh lý trầm trọng hơn.

## 4. Điều trị với thuốc

Chữa trị bệnh sinh lý yếu nam bằng thuốc được dùng thường gặp và ghi nhận lợi ích tốt dài. Hầu hết thuốc chữa trị yếu sinh lý tại nam giới hoạt động theo cơ chế hoạt động gia tăng kích thích ham muốn tình dục, nâng cao lưu lượng máu đến dương vật cho cải thiện xác suất và thời điểm cương cùng với kéo dài khi quan hệ tình dục.

Hiện thì có đa dạng mẫu thuốc trị bệnh yếu sinh lý cánh mày râu ví dụ thuốc sử dụng, thuốc tiêm, thuốc xịt, thuốc loại gel bôi. Mặc dù vậy, việc sử dụng thuốc phải được sự chấp nhận cũng như chỉ dẫn của bác sĩ chuyên, đàn ông tuyệt nhiên không được tự ý mua thuốc sử dụng, tiềm ẩn nguy cơ không lường trước được.

### 4.1 Nhóm thuốc kìm chế PDE-5

Thuốc kìm hãm phosphodiesterase type 5 ( PDE-5 ) là thuốc được chỉ dẫn sử dụng để chữa trị rối loạn cương dương ghi nhận tác dụng tốt. Hiện thì có 4 loại được dùng thường gặp gồm có : Sildenafil ( Viagra ), Tadalafil ( Adcirca, Cialis ), Vardenafil ( Levitra, Staxyn ), Avanafil ( Stendra ).

Liều lượng và bí quyết dùng :

Tên thuốc Liều số lượng khi dùng Sildenafil Lần đầu tiên sử dụng, uống liều 50mg, lâu dần duy trì liều 25 - 100mg đều đặn mỗi ngày dùng 60 phút trước khi làm chuyện đó. Avanafil có thể dùng liều 50mg, 100mg hoặc 200mg tùy chỉ định của bác sỹ sử dụng 30 phút trước thời điểm quan hệ. Tadalafil với phái mạnh bệnh yếu sinh lý thông thường có khả năng dùng liều 10 - 20mg. Còn với nam giới đang nên chữa trị phì đại tuyến tiền liệt lành tính, có khả năng dùng liều 2,5 - 5mg. Uống thuốc trước quan hệ 60 phút hoặc cách 2 hôm dùng thuốc một lần Vardenafil có khả năng dùng liều số lượng 10 - 20mg. Sử dụng trước lúc làm chuyện đó 30 phút.

Những thuốc phía trên hoạt động theo cùng một cơ chế là cải thiện công dụng của oxit nitric ( NO ) liệu có công dụng thư thái những nhóm cơ trơn tại "cậu nhỏ", giúp lưu thông máu đến cơ quan này thuận tiện, giúp phép "cậu nhỏ" đạt được mức độ cương cần thiết để làm chuyện đó.

1 điều nên lưu tâm thời điểm sử dụng các thuốc này đó là "cậu bé" không tự động cương sau thời điểm uống thuốc mà cần nhận được kích thích khả năng tình dục tình dục để làm giảm áp lực oxit nitric từ các sợi thần kinh ở "cậu bé". Ngoài ra, cũng phải lưu tâm rằng, các thuốc này chẳng hề thuốc kích dục, không có tác động tăng ham muốn thời điểm làm chuyện ấy. Phái mạnh khỏe mạnh, có khả năng cương dương thông thường không được dùng thuốc.

Một vài tác dụng có thể hình thành thời gian sử dụng thuốc gồm có : đỏ mặt, nghẹt mũi, đau đầu, đau đốn vùng eo lưng, dạ dày khó chịu, thay đổi thị giác, đặc biệt có thể khiến cho "cậu nhỏ" cương cứng thường xuyên trong thời điểm lớn.

Thuốc giãn mạch được tiêm đến trong thể hang để làm cho giãn động mạch cùng với huyết đỏ đầy những xoang hang. Cương dương hay tiếp diễn trong vòng 15 phút cũng như kéo dài một giờ. Alprostadil là thuốc được dùng tuy nhiên dễ có biến chứng dẫn đến cương cứng "cậu nhỏ" cải thiện nên hiện nay bí quyết này mất đi được sử dụng.

#### 4.3 Thuốc đặt đến "cậu bé"

Một số trường hợp thuốc Alprostadil được đặt tới trong niệu đạo dương vật với những dụng cụ chuyên dụng. Lúc tới bên trong niệu đạo, viên thuốc sẽ tan ra, phóng thích Alprostadil từ niêm mạc niệu đạo qua thể hang, thể xốp cùng với bắt đầu tiên phát huy tác dụng dưới khoảng 8 - 10 phút đặt thuốc và có thể cải thiện sự cương cứng trong 30 - 60 phút. Phương pháp này gây nên đau đốn "cậu bé" buộc phải thời nay cũng mất đi được dùng.

#### 4.4 Thuốc xoa dạng gel hoặc xịt

Con trai liệu có khu vực đầu "cậu bé" nhạy cảm có thể dùng thuốc thoa dạng gel hoặc kiểu xịt vận động theo cơ chế hoạt động gây tê hệ thần kinh tại "cậu nhỏ" làm các ham muốn tình dục không nên dẫn truyền về não bộ, giúp khiến chậm công đoạn ra tinh.

Với tình huống ra tinh sớm, y bác sỹ sẽ hướng dẫn bạn những bài tập luyện kích thích "cậu nhỏ" tăng dần ( tự sướng thì có kiểm soát ).

## 5. Thiết bị hỗ trợ

Bơm "cậu bé" là cách vật lý điều trị liệu được ứng dụng thường gặp để chữa bệnh yếu sinh lý ở phái mạnh. Máy bơm "cậu nhỏ" ( penis vacuum ) vận động dựa ở trên phương thức hoạt động dùng lực hút chân không để kích thích ham muốn xác suất cương cứng của "cậu nhỏ". Đồ vật này gồm có 1 ống rỗng cũng như 1 ban đầu bơm hút vận hành với tay hay với pin.

Khi dùng, ống rỗng được đặt đến dương vật Sau đó sử dụng mới đầu bơm hút không khí ở trong ống ra ngoài, tạo ra lực kéo huyết vận động về dương vật, tạo quá trình cương. Khi đã từng đạt tới độ cương dương nhu yếu, ống rỗng được tháo chảy thay thế bằng một tấm quấn chặt gốc dương vật để giữ gìn máu, giúp giữ gìn tình trạng này xuyên suốt giai đoạn quan hệ tình dục. Do bị quấn chặt nên "cậu bé" có thể gặp phải bầm tím cũng như việc xuất tinh cũng vươn lên là phức tạp hơn.

## 6. Chữa với phẫu thuật

Sinh lý yếu dẫn tới liệt dương và không thực hiện sở hữu những chữa trị thuốc bình thường thì phái mạnh có thể thực hiện phẫu thuật đặt thể hang nhân tạo.

Ca mổ này cần được tuân thủ vì bác sĩ liệu có chuyên khoa dài và nhiều năm kinh nghiệm. Bệnh nhân bắt buộc được thăm khám tính mệnh chu đáo, khi thực hiện những bắt buộc mới có khả năng thực hiện phẫu thuật.

Mổ cũng là bí quyết chữa trị sinh lý yếu ở con trai vì một vài dị tật bẩm sinh tại dương vật

## Một số lưu tâm thời điểm chữa yếu sinh lý đàn ông

Kết quả chữa sinh lý yếu tại con trai khác nhau tại từng đối tượng. Vì thế, để đảm bảo chữa đạt lợi ích tốt hầu hết, bạn nên để ý một vài điểm dưới :

Lựa mua bệnh viện chữ tín, có những bác sĩ nam học tay nghề lớn để chữa.

- Ví như chữa bệnh yếu sinh lý nam giới với thuốc, người bệnh cần nghiêm túc thực hiện theo quy trình điều trị của bác sĩ.
- Báo cho chuyên gia biết sớm nhất lúc thì có biểu hiện lạ thường dưới thời gian dùng thuốc.
- Không tự ý dùng những chiếc thuốc, cách điều trị không giống lúc không có sự chấp nhận của chuyên gia.
- Không tự ý ngưng dùng thuốc liên cả lúc phát hiện tình hình bệnh lý cải thiện lúc chưa đầy chuyên gia đồng ý.
- Nếu chữa trị sinh lý yếu bạn nam bằng các mẹo tự nhiên, người bệnh phải kiên nhẫn bởi những phương pháp này mang đến kết quả trễ.

## Chữa yếu sinh lý tại con trai mất bao nhiêu tiền ?

Giá thành trị sinh lý yếu tại phái mạnh là nỗi niềm của tối đa bệnh nhân. Tuy nhiên, cực kỳ khó để chỉ ra được con số chính xác, vì giá tiền này tùy thuộc đến nguyên do gây nên bệnh lý, hiện tượng bệnh, phương pháp chữa trị, bệnh lý viện trị, lúc tọa lạc viện ( ví như liệu có )...

## Thăm khám bệnh sinh lý yếu đấng mày râu ở đâu chữ tín ?

Phần đa con trai liệu có xu hướng ngại đi thăm khám thời gian gặp tình hình suy giảm chức năng sinh lý do đây là vấn đề "thâm kín" mà đàn ông không muốn chia sẻ với ai. Hệ lụy là, theo thời gian, hiện tượng bệnh sinh lý yếu nguy hiểm tiêu cực đến tính mạng cũng như tâm sinh lý đàn ông, làm cho bệnh lý càng thêm nghiêm trọng cũng như khó chữa trị hơn.

Cách giúp tháo gỡ này của những phái mạnh là tới thăm khám ở những bệnh lý viện chữ tín mang phòng khám bệnh nam giới đảm bảo tính riêng rẽ TƯ. Tại đây, nam giới có khả năng bày tỏ các vấn đề mình mắc phải để y bác sĩ chẩn đoán, định vị nguyên do cùng với chỉ ra quy trình chữa trị thích hợp.

Các thách mắc mối quan hệ

## **1. Ăn gì để gia tăng sinh dục ở nam giới ?**

Theo những bác sỹ, chế độ ăn uống đóng nhiệm vụ quan trọng trong quá trình chữa yếu sinh lý tại phái mạnh. Một chế độ ăn lành mạnh sở hữu phổ biến món ăn, hầu hết dinh dưỡng là lựa tậu lý tưởng cho nam giới gặp câu hỏi sinh sản.

Đắng mậu râu cần ăn đa dạng hoa quả, rau, củ để cho thêm hầu hết các cái vitamin, khoáng chất, chất xơ, flavonoid, chất ngăn ngừa oxy hóa cho tăng cường lưu thông huyết, ổn định nồng độ testosterone, nâng cao thể trạng.

Bên cạnh đó, các nguồn đạm tốt cho sức khỏe đó là cá, hải sản, trứng, cây họ đậu, các chiếc hạt cho cho thêm protein, L-arginine, chất béo không bão hòa cho suy giảm số lượng cholesterol bám tại thành tĩnh mạch, trợ giúp tuần hoàn máu, bảo vệ mạch máu cùng với quả tim, tăng sản sinh hormone testosterone, giúp đỡ nâng cao tính mạng tình dục giúp phái mạnh.

## **2. Bệnh sinh lý yếu ở nam giới có nguy hiểm gì không ?**

Không. Mặc dù sinh lý yếu tại đắng mậu râu không nguy hại song đây là đượu coi là tín hiệu báo hiệu sớm về một vài thách mắc tính mạng trầm trọng đó là bệnh lý tim mạch, nguy cơ đột quy, cao huyết áp, mỡ trong huyết, tiểu đàng. Ngoài ra, bệnh yếu sinh lý ảnh hưởng đến tin cậy chuyện vợ chồng của ngoài việc nam giới mà cả đối tác.