Potenzstörungen

Panik: Endlich hast du deine Traumprinzessin rumgekriegt. Ihr seid zu Hause und Du willst den besten Sex deines Lebens. Doch nun das: Dein Schwanz wird nicht hart!

Die Einschätzungen darüber, wie viele Männer tatsächlich von Potenzstörungen betroffen sind, gehen sehr stark auseinander. Zwischen 18- und 35-jährigen sollen ungefähr zehn Prozent darunter leiden. Je älter man wird, desto häufiger kann man davon betroffen sein. Doch was können die Ursachen sein?

Stress
Probleme in Schule oder Job, ein Streit mit den Eltern oder das Leistungsdenken im Bett: Stress ist der unter jungen Männern am meisten verbreitete Erektionskiller. Richtig schlimm wird es bei Depressionen. In harmloseren Fällen helfen meist Entspannungsübungen.

Physische Ursachen
Bei den körperlichen Ursachen spielen insbesondere systemische Erkrankungen der Blutgefäße (Arteriosklerose und Zuckerkrankheit), Herz-Kreislauferkrankungen, einige Erkrankungen des Nervensystems sowie Hormonstörungen eine Rolle. Aber auch die Nebenwirkungen einiger Arzneimittelgruppen sollten nicht unterschätzt werden. Erektionsprobleme aufgrund der Einnahme von blutdrucksenkenden und entwässernden Medikamenten, Herzmitteln, Aufputschmitteln, Schlafmitteln, Migränemitteln und Hormonpräparaten mit Östrogen und Gestagen sind nicht selten. Nicht schämen und einfach mal den Hausarzt fragen!

Rauchen
Raucher sind doppelt so häufig betroffen. Eine ungesunde Lebensweise ist der Potenz nicht gerade zuträglich. Zu viel Alkohol, Zigaretten, erhöhte Blutfettwerte und Übergewicht wirken negativ, insbesondere, wenn mehrere dieser Risikofaktoren zusammenkommen. Eine Studie belegt beispielsweise, dass Raucher ein doppelt so hohes Risiko haben, Erektionsstörungen zu bekommen, wie Nichtraucher.

Potenzmittel: Viagra und Co.
Bei dem gleichzeitigen Konsum von Poppers nach der Einnahme von Potenzmitteln besteht

Lebensgefahr! Potenzpillen sollten nicht ohne ärztliche Verordnung eingenommen werden und nicht zusammen mit nitrathaltigen Medikamenten eingesetzt werden!

Quelle:www.herzenslust.de