

XUẤT TINH SỚM: tác nhân, biểu hiện VÀ phương pháp chữa trị

Xuất tinh sớm là hiện tượng khá thường gặp tại đẳng mây râu, có khoảng 30% phái mạnh Trên thế giới ít nhất một vài lần trong đời gặp phải hiện tượng này. Xuất tinh sớm tác động trực tiếp tới khoái cảm tình dục, tạo nên tâm lý hụt hẫng, tự ti về bản thân. Tình trạng này nếu không được khắc phục sớm sẽ tạo ra tâm lý mệt mỏi, không thích thú chuyện ân ái, xác suất sinh sản giảm sút và nhiều lần gây ra hiểm nguy có thể xảy đến.



Xuất tinh sớm là gì?

Xuất tinh sớm (premature ejaculation) là tình trạng rối loạn xuất tinh khi người bệnh đàn ông không thể thực hành chủ được thời gian xuất tinh, quá trình xuất tinh sớm được tính từ khi cậu bé đưa vào âm hộ chỉ duy trì trong vòng 2 phút. Quá trình xuất tinh là sự phóng tinh dịch ra khỏi cậu bé khi đạt được cực khoái. Việc xuất tinh sớm không chỉ ảnh hưởng đến của cảm xúc giường chiếu của chính mình mà “đôi tác” của họ cũng ảnh hưởng không kém. Xuất tinh sớm là hiện tượng khá hay gặp, bắt gặp từ độ tuổi 18 tới 59. (1)

Xuất tinh sớm là câu hỏi này khá nhạy cảm cần nhiều người không dám đối diện, né tránh kiểm tra, điều trị. Tuy nhiên, điều này tác động không nhỏ đến cuộc sống của đẳng mây râu, nếu không nên chữa

sớm, nam giới có nguy cơ đối mặt với những hậu quả nguy hiểm như: rối loạn cương dương, gây liệt dương, thậm chí dẫn tới vô sinh. Xuất tinh sớm hay có 4 dạng là nguyên phát (thời gian xuất tinh ngắn xảy ra ngay từ những lần đầu quan hệ tình dục và cải thiện cho đến hiện tại), thứ phát (thời gian xuất tinh bình hay, nhưng thời gian gây đây có giảm đáng kể ảnh và ảnh hưởng tới tâm lý và giao hợp cặp đôi), xuất tinh sớm thay đổi (thời gian xuất tinh biến đổi tùy thuộc vào hoàn cảnh, bạn tình, kích thích...) và các rối loạn xuất tinh giống xuất tinh sớm.

Xuất tinh sớm là tình trạng nam giới không thể thực hành chủ được thời gian xuất tinh

những mức độ của xuất tinh sớm

Xuất tinh sớm có rất nhiều lần mức độ nặng, nhẹ khác nhau dựa vào thời gian xuất tinh của đấng mày râu để biết được tình trạng bệnh:

- Mức độ nhẹ: Là tình trạng xuất tinh chỉ sau 1-2 phút tính từ khi cậu nhỏ xâm nhập vào bộ phận sinh dục.
- Mức độ vừa: Có hiện tượng xuất tinh trong khoảng thời gian 30 giây đến 1 phút.
- Mức độ nặng: đàn ông có hiện tượng xuất tinh trong khoảng thời gian 15 giây khi bắt đầu giao hợp, hoặc hiện tượng xuất tinh trước khi giao hợp.

căn nguyên xuất tinh sớm

Xuất tinh sớm xuất phát từ nhiều nguồn gốc, có thể bởi thể chất, bệnh lý hay do tâm lý luôn lo lắng, mệt mỏi, thói quen sinh hoạt, ăn uống và vận động không hợp lý cũng tác động tới khả năng xuất tinh của phái mạnh. Đối tượng phổ biến nhất là các người trẻ, thiếu kinh nghiệm giường chiếu, và xảy tới cả với các người bệnh kinh nghiệm nhưng bị rối loạn cương, hoặc bị lo lắng quá mức. Có thể kể đến một vài “thủ phạm” tạo ra tình trạng yếu sinh lý sau (2):

- **Rối loạn cương dương:** đàn ông có tình trạng rối loạn cương luôn có tâm lý phải giao hợp vội vàng để có thể xuất tinh trước khi dương vật xù dẫn tới xuất tinh sớm. Thời gian xuất tinh diễn ra ngắn sẽ ảnh hưởng đến tâm lý của đối tượng đàn ông, từ đó tác động tới xác suất cương cứng của dương vật, hình thành vòng xoắn căn bệnh lý giữa rối loạn cương và xuất tinh sớm.
- **bởi tâm lý:** Khi bệnh nhân đàn ông không có xác suất kiểm soát xuất tinh dẫn đến thời gian xuất tinh ngắn, sẽ tác động tới thỏa mãn tình dục của cả đấng mày râu và bạn tình của họ. Tâm lý lo lắng, tự ti về thời gian xuất tinh ngắn với sự liên quan trước đó sẽ ảnh hưởng đến mối liên quan mới. Nam giới sẽ gặp khúc mắc về tâm lý, câu hỏi với đối tác, khi đó độ cương của phái mạnh sẽ mắc phải ảnh hưởng, và sẽ hình thành vòng xoắn căn bệnh lý vì tâm lý.
- **những yếu tố nguy cơ không giống :** do di truyền, rối loạn nội tiết, viêm tuyến tiền liệt mạn tính, stress, hoàn cảnh giao hợp...



bệnh xuất tinh sớm có nguy hại không?

Theo các bác sĩ, xuất tinh sớm không gây nguy hại đến sức khỏe nhưng lại tác động không nhỏ tới đời sống tình dục, tâm lý và thậm chí là đến xác suất sinh sản của đối tượng nam giới (có thể giảm xác suất sinh sản, thậm chí gây vô sinh) và rất nhiều hệ lụy không giống. Cụ thể:

- Xuất tinh sớm tác động đến trực tiếp đến khoái cảm tình dục của đối tượng nam giới, việc đạt được cực khoái là vô cùng xa xỉ.
- Xuất tinh sớm nếu kéo dài có thể gây nên các bệnh lý như rối loạn cương dương, thậm chí liệt dương, giảm/mất khả năng sinh sản.
- Khi không làm theo chủ được “thê trận”, “trên bảo sau không nghe” khiến cho tinh thần đấng mày râu ngầy chường, mỏi mệt, tác động ít rất nhiều lần tới cuộc sống, công việc.
- Với cuộc sống gia đình: Chuyện phòng the không còn hòa hợp có ảnh hưởng rất lớn tới hạnh phúc gia đình. Vợ chồng dễ xung khắc, có thể dẫn đến gia đình tan vỡ.

Xuất tinh sớm tác động rất lớn cuộc sống của đấng mày râu, Vì vậy, cần được chẩn đoán và chữa càng sớm càng tốt.

Chẩn đoán xuất tinh sớm

Để biết chính xác tình trạng sinh lý của mình, phái mạnh nên xét nghiệm để được chuyên gia khai thác bệnh sử, cũng như đời sống tình dục hiện tại của đối tượng và có thể thực hành một số kiểm tra nên để có thể chẩn đoán chính xác tình trạng sinh lý của bệnh nhân.

1. Hỏi thăm căn bệnh sử và tiền căn

chuyên gia sẽ đưa ra khúc mắc để nắm tình hình sinh lý của người bệnh như:

- 1/ Khi giao hợp, việc trì hoãn xuất tinh của anh là khó thường dễ?
- 2/ Trong vòng 6 tháng qua, khi quan hệ tình dục, những lần anh xuất tinh sớm là nhiều lần hay ít ?
- 3/ Có khi nào quan hệ, dù chỉ với một số kích thích khả năng tình dục rất nhỏ cũng thực hiện anh xuất tinh không ?
- 4/ Anh có bất gặp thất vọng khi gặp phải xuất tinh trước khi anh muốn không ?
- 5/ Anh có căng thẳng rằng thời gian xuất tinh của anh sẽ khiến cho bạn tình chưa được thoả mãn không ?

Từ các câu tư vấn của người, bác sĩ có thể chẩn đoán được phần nào tình trạng sinh lý của đối tượng, bệnh nhân có gặp phải xuất tinh sớm hay không.

chuyên gia sẽ có các thắc mắc để chẩn đoán tình trạng sức khỏe của người

2. Thực hiện khám lâm sàng

bệnh nhân sẽ được khám tổng quát về tim mạch, bệnh tâm thần kinh, rối loạn chuyển hóa và vùng kín cũng như tuyến tiền liệt để xem xét, đánh giá các yếu tố nguy cơ và nguồn gốc sinh căn bệnh.

3. Thăm khám cận lâm sàng

Nếu đối tượng phái mạnh đơn thuần chỉ có xuất tinh sớm, các xét nghiệm cận lâm sàng thường không cần phải. Tuy nhiên cũng có thể thực hiện:

- xét nghiệm nước tiểu để biết đường tiết niệu có gặp phải nhiễm khuẩn hay không.
- xét nghiệm tầm soát những nguồn gốc như mỡ máu, đường huyết, nội tiết tố có khả năng gây rối loạn cương trong trường hợp vừa xuất tinh sớm vừa rối loạn cương dương.

chữa trị và kiểm soát xuất tinh sớm tại đàn ông

Để điều trị chứng xuất tinh sớm hiệu quả, đối tượng cần phải xác định rõ nguyên nhân của tình trạng xuất tinh sớm đến từ đâu để có hướng chữa phù hợp. Trị chứng xuất tinh sớm Bên cạnh việc dùng

thuốc, phẫu thuật thì có thể điều trị bằng tâm lý, tập luyện và cả biến đổi nhận thức, thói quen sinh hoạt hàng ngày.

1. Liệu pháp kiểm soát tâm lý và hành vi

- Học biện pháp điều chỉnh hành vi: Trong một vài trường hợp, bệnh nhân có thể chữa chứng xuất tinh sớm bằng việc đổi thay thói quen tình dục của mình. Đối tượng nhận ra dấu hiệu của xuất tinh sớm thì cần thiết hít thở sâu, trể, giúp điều khiển ý chí ức chế phản xạ xuất tinh. Nên tập rất nhiều lần (4-5 tuần) để trở thành phản xạ có điều kiện.
- biện pháp dừng – bắt đầu (phương pháp ngắt quãng) hay được áp dụng cho rất nhiều lần cặp đôi. Với khởi động và dừng, đối tác của bạn sẽ kích thích khả năng tình dục dương vật giúp đến khi sắp xuất tinh. Sau đó, đối tác dừng lại cho tới khi phái mạnh kiểm soát trở lại được. Nên lặp lại hành động này 2 lần, dưới đó tham gia vào lần thử thứ tư và cho phép mình được xuất tinh. Theo Hiệp hội Tiết niệu Hoa Kỳ, bạn cần thiết thử biện pháp này ba lần một tuần cho đến khi cảm thấy mình có thể kiểm soát xuất tinh tốt hơn.
- phương pháp siết quy đầu (Squeeze): Với phương pháp bóp, bạn tình kích thích khả năng tình dục dương vật phái mạnh cho đến khi gần xuất tinh. Dưới đó, họ siết chặt cậu nhỏ giúp đến khi sự cương cứng bắt đầu yếu. Chính điều này sẽ giúp bạn nhận thức rõ hơn cảm thấy trước khi lên đỉnh, từ đó giúp quý ông có thể kiểm soát tốt hơn và có thể trì hoãn việc xuất tinh.

2. Chữa trị xuất tinh sớm bằng thuốc

Trong một vài trường hợp không thể điều chỉnh bằng hành vi thì xuất tinh sớm được trị bằng thuốc, hoặc có thể kết hợp cả hai để đạt kết quả cao nhất.



Tùy vào tình trạng vấn đề đáng ngại mà chuyên gia sẽ chỉ định loại thuốc phù hợp

- Dapoxetine: là một loại thuốc SSRI [chữa xuất tinh sớm](#) được Châu Âu và các nước không giống chấp thuận. Rất nhiều lần tìm hiểu RCT giúp bắt gặp Dapoxetine 30mg hoặc 60mg dùng trước khi quan hệ tình dục 1-2 giờ, có thể gia tăng thời gian xuất tinh trong cô bé, tăng xác suất kiểm soát xuất tinh, giải toả yếu tố tâm lý và tăng thoả mãn tình dục. Ngoài Dapoxetine, còn có những chế phẩm thuốc được dùng để chữa off-label.
- Thuốc tê tại chỗ: sử dụng thuốc xịt hay thoa lên bao quy đầu có công dụng gây tê cục bộ, giảm cảm giác và có tác động tạm thời trì hoãn sự xuất tinh tạm thời. Tuy nhiên, thuốc có tác động phụ là thực hành nóng và rát bao quy đầu và thực hiện cậu nhỏ mắc phải ngứa, có thể ảnh hưởng thuốc tê đến đối tượng bạn tình trong lúc quan hệ.
- Thuốc chống trầm cảm: tác động phụ của nhóm thuốc chống trầm cảm là tuân thủ chậm đạt cực khoái cần thiết áp dụng cho việc trị xuất tinh sớm. Song, loại thuốc này có các tác dụng không mong muốn không giống, bao gồm việc gây buồn nôn và mất ngủ.
- Thuốc giảm đau Tramadol: Ngoài tác dụng giảm đau, thuốc còn có xác suất trì hoãn xuất tinh. Dùng loại thuốc này phải theo đơn do loại thuốc này có thể gây nghiện nguy hiểm giúp bệnh nhân dùng.
- Thuốc ức chế tái hấp thu chọn lọc serotonin: Trong đó có fluvoxamine và citalopram, paroxetine, sertraline thường fluoxetine. Các loại thuốc này có thể uống hàng ngày, giúp cải thiện thời gian xuất tinh lên 2 – 10 lần. Thuốc được sử dụng trong vài ba tháng. Tác dụng phụ của thuốc có thể gặp là mệt mỏi, mất ngủ, nhức cơ, run và phân lỏng. Tình trạng này luôn bắt gặp trong tuần đầu và biến mất dần sau 2-3 tuần.
- Thuốc chữa rối loạn cương dương khi vừa xuất tinh sớm vừa gặp phải rối loạn cương dương. Các loại thuốc ức chế men PDE5 như tadalafil (Cialis) và sildenafil (Viagra)... có thể giúp

đắng mảy râu duy trì sự cương cứng, xuất tinh chậm hơn. Các bác sĩ có thể tư vấn đối tượng sử dụng phối hợp dapoxetine và PDE5-i để cải thiện thời gian cương của cậu nhỏ tới lúc xuất tinh, Ngoài ra còn để hạn chế ảnh hưởng của Dapoxetine tới xác suất cương trong khi chữa trị xuất tinh sớm.

lưu ý, khi sử dụng các loại [thuốc chữa xuất sớm](#) cần phải tuân thủ theo chỉ định của chuyên gia để phòng bệnh các công dụng không mong muốn như chóng mặt, mót nôn, mất mề, táo bón, giảm chất lượng tinh trùng...

- [Mách ban 10 mẹo trị Xuất Tinh Sớm tại nhà không cần thuốc](#)
- [Xuất tinh sớm nên ăn gì? TOP 20 thực phẩm tốt cho nam giới](#)

3. Phẫu thuật

hiện nay không có phẫu thuật nào được đánh giá là có khả năng tăng cường thời gian xuất tinh trong vùng kín.

4. Gia tăng xuất tinh sớm thứ phát từ tinh chất thiên nhiên

Theo các bác sĩ, một trong những giải pháp cho cải thiện tình trạng xuất tinh sớm an toàn và hiệu quả là sử dụng các sản phẩm có xác suất thúc đẩy Testosterone nội sinh và Nitric Oxide trong cơ thể ở mức ổn định.

Alipas Mới chứa bộ ba tinh chất quý là Eurycoma Longifolia, Thông biển Pháp và Hậu đại dương có tác động đặc hiệu với đối với sức khỏe sinh lý của đắng mảy râu, kích thích ham muốn cơ thể sản sinh Testosterone, thúc đẩy tế bào nội mạc mạch máu, cải thiện tổng hợp Nitric Oxide sẽ giúp cơ trơn mạch máu giãn ra để dòng máu lưu thông tới cậu nhỏ nhanh hơn và nhiều lần hơn, cho cậu bé cương nhanh và mạnh mẽ. Đồng thời, chính liệu trình này sẽ tạo ra sức ép lên tĩnh mạch khiến việc giữ máu tại cậu bé được lâu hơn, giúp cải thiện thời gian quan hệ giúp phái mạnh, giải quyết được một phần tình trạng xuất tinh sớm.

những tinh chất có hoạt tính sinh học cao, dễ hấp thu, nhờ đó, cho phái mạnh tăng cường tính mạng toàn thân, phòng ngừa các căn bệnh lý (tim mạch, tiểu đường, huyết áp cao), đồng thời cải thiện sức khỏe sinh lý như suy giảm kích thích ham muốn tình dục, rối loạn cương và xuất tinh sớm. Alipas Mới sản xuất tại Mỹ và được kiểm chứng khoa học ở nhiều quốc gia Trên thế giới. Do đó, đây là sản phẩm được nhiều lần người bệnh tin sử dụng.

Xem thêm >>

- [TOP 7 địa chỉ chữa xuất tinh sớm tốt và uy tín ở Hà Nội](#)
- [Chi phí chữa xuất tinh sớm bao nhiêu tiền ở Hà Nội?](#)