



Økt potens etter vektnedgang

En studie publisert i tidsskrifter Journal of Sexual Medicine viser at en moderat vektnedgang kan gi overvektige menn med diabetes 2 mer lyst på sex, og større evne til å oppnå ereksjon.

Vanskeligheter med å kontrollere blæren og forandringer i seksualprestasjonen er vanlige når man eldes. Dersom man i tillegg har diabetes, kan disse symptomene oppstå tidligere enn vanlig.

DIABETES OG SEKSUELL PRESTASJON

Menn som har diabetes har to til tre ganger så stor risiko for å lide av ereksjonsproblemer som menn som ikke har sykdommen. I gjennomsnitt får de dette 10-15 år tidligere enn andre. Studier antyder at ereksjonsproblemer kan være en tidlig indikator på diabetes, spesielt hos menn som er 45 år eller yngre.

I studien fikk alle mennene – uavhengig av diabetes-status – bedre blærekontroll og færre urinveisproblemer, samt mindre problemer med ereksjonen når de gikk ned i vekt.

STUDIEN

Forskerne fulgte en gruppe av 31 overvektige menn rundt 60 år over en periode på fire måneder. Pasientene reduserte kaloriinntaket med 600 om dagen. Deltakerne ble delt inn i to grupper som fikk ulike dietter. Den ene gruppen fikk en lavkaloridiett, mens den andre gruppen ble servert en proteinrik diett med lite fett og karbohydrater.

Etter åtte uker hadde mennene gått med henholdsvis fem og ti prosent, og sexlysten og ereksjonsevnen hadde tatt seg betraktelig opp allerede på denne korte tiden. De følgende to månedene gikk mennene ytterligere ned i vekt.

IKKE-MEDISINSK BEHANDLING ET VIKTIG BIDRAG

Irwin Goldstein, sjefsredaktør for tidsskriftet samt lege og forsker på feltet seksuell dysfunksjon, sier at studien er viktig for å poengtere at en sunn livsstil er et viktig virkemiddel mot sykdommer. –Vektreduksjon er et viktig ikke-farmasøytisk tiltak for å få både ereksjon og vannlating til å fungere bedre, sier forskeren.

Kilde:

<http://www.forskning.no/artikler/2011/august/294646>

<http://diabetes.niddk.nih.gov/dm/pubs/sup/>