



## Ned i vekt - økt potens?

En rekke undersøkelser har vist at ereksjonen kan svikte når vekten blir for høy. I en nylig gjennomført forskningsstudie har man undersøkt om potensen tiltar hvis man slanker seg.

110 overvektige italienske menn mellom 35 og 55 år deltok i studien. De hadde fra lette til betydelige ereksjonsproblemer. Mennenes kroppsvektindeks var i gjennomsnitt 36 hvilket tilsvarer en vekt på 110 kilo hvis kroppshøyden er 170 centimeter.

Mennene ble tilfeldig inndelt i to grupper. Deltakerne i den ene ble grundig instruert i et slankende kosthold, trening, tilbud om jevnlig rådgivning samt månedlig oppfølging. Målet var et vekttap på ti prosent. Den andre gruppen fikk en kort og generell skriftlig og muntlig innføring om sunn mat og betydningen av trening. Alle deltakerne ble fulgt opp gjennom to år.

Mennene i den første gruppen hadde et vekttap på i gjennomsnitt 15 prosent. En av tre menn i denne gruppen hadde ikke lenger redusert evne til reisning og de øvrige hadde mindre problemer enn tidligere. Den generelle helsetilstanden var også bedre. Mennene i den andre gruppen hadde intet vekttap og fortsatt sviktende ereksjon.

Kilde JAMA 2004 291: 2978-2984.