

# Bệnh yếu sinh lý là gì? Nguyên nhân, dấu hiệu và cách điều trị

Sinh lý ở đàn ông không những là thước đo về sức khỏe mà còn là tác nhân quyết định “phong độ, bản lĩnh, vị thế” của đối tượng nam giới trong lòng của phái đẹp, giúp cho họ có tâm lý vững vàng, thành quả hơn trong cuộc sống. bệnh yếu sinh lý chủ yếu là “nỗi đau” không nhắc cần lời của quá nhiều đấng mày râu, có chiều hướng cải thiện và trẻ hóa. Vậy tình trạng này là sao, đâu là triệu chứng, liệu pháp điều trị chứng bệnh ra sao? Dưới đây sẽ cung cấp đến bạn đọc những thông tin hữu ích về bệnh lý này.

Theo nghiên cứu cho biết, số trường hợp phái mạnh Việt Nam bệnh sinh lý yếu chiếm đến 15,7%, trong đó 20-30% là [bệnh xuất tinh sớm](#), hơn 30% phái mạnh trên 30 tuổi bị [liệt dương](#) và tình trạng này tiếp diễn trên 50% với phái mạnh 40-70 tuổi.

Đây là một con số đáng báo động đối với sức khỏe sinh lý quý ông, vì vậy phái mạnh cần thiết phải nắm rõ mức độ sinh lý của mình. Khi xuất hiện có biểu hiện bệnh yếu sinh lý cần kiểm tra sớm để được bác sĩ nhận ra, lời giải hướng gia tăng, chữa tích cực, sớm lấy lại phong độ thực thụ của phái mạnh.

## bệnh sinh lý yếu là gì?

[bệnh yếu sinh lý](#) là thuật ngữ chỉ tình trạng suy yếu chức năng tình dục ở nam giới đối với một vài biểu hiện điển hình như suy giảm ham muốn tình dục, mất cân bằng cương cứng, bệnh xuất tinh sớm, đau đốn khi "âm trận", không dễ dàng có con. *sinh lý yếu nam* có không ít tình trạng và dấu hiệu không giống nhau:

- mức độ nhẹ: Ở giai đoạn này, chứng bệnh chưa có triệu chứng đặc trưng, người mắc bệnh vẫn có cảm hứng và "yêu" bình thường nhưng mà quý ông nhận biết cơ thể hơi mệt mỏi, suy giảm, dương vật có triệu chứng khó khăn cương dương hơn.
- tình trạng vừa: Dù ở giai đoạn này, người mắc bệnh có một số triệu chứng suy nhược tình dục như vận động tình dục vẫn xảy ra, song không dễ hơn do “cậu nhỏ” khó khăn cương cứng, nên không ít thời gian để kích thích. Song, quá trình cương không thể giữ được lâu, cũng như tần suất bắn tinh cũng suy nhược dần.
- tình trạng nặng: ở giai đoạn nặng nề là thời kỳ báo động, nguy hiểm, vì không chỉ ảnh hưởng tới nguy cơ sinh lý mà nguy cơ sinh sản cũng bị ảnh hưởng trầm trọng. Lúc này, quý ông mất luôn cảm giác cực khoái, "cậu bé" không thể cương, vì thế, hoạt động tình dục không thể xảy ra.

## biểu hiện của bệnh yếu sinh lý

Căn cứ vào giai đoạn, mức độ căn bệnh mà người bệnh có các triệu chứng, biểu hiện khác nhau, tuy vậy chung quy bệnh thường hay có một số dấu hiệu “điển hình” sau đây: (2)

## bị liệt dương

[rối loạn cương dương](#) là tình trạng mất cân bằng chức năng tình dục ở phái mạnh tương đối thường gặp, tập trung hàng đầu ở một vài trường hợp nam giới tuổi trung niên, ngoài 40 tuổi. Triệu chứng của mức độ thay đổi này là Dù có khoái cảm tình dục tuy vậy "cậu nhỏ" cương dương thiếu cứng, cứng thiếu lâu để tiến hành hoạt động tình dục một cách trọn vẹn.

thay đổi tác dụng tình dục còn có hiện tượng “trên bảo dưới không nghe”, “cậu nhỏ” có thể cương dương bất chợt khi đang lái xe, đang ngủ, hoặc đang làm việc nhưng trong lúc nên thì lại xìu xìu, ỉn ỉn.

## bệnh xuất tinh sớm

Đây là biểu hiện “điển hình” của mức độ bệnh yếu sinh lý gây thay đổi bản tính. Bị xuất tinh sớm được tính khi "cậu nhỏ" đưa vào âm vật chỉ giữ tầm 2 phút. Cùng với bị xuất tinh sớm thì trường hợp không thể bản tính, khó khăn bản tính và phóng tinh ngược dòng cũng được coi là sinh lý yếu.

Nếu mức độ này nhiều ngày sẽ tác động nghiêm trọng tới tâm lý, gây ra cảm giác mất tự tin, hụt hẫng, xen lẫn thất vọng là một vài cảm giác quý ông hay phải trải qua. Bệnh xuất tinh sớm có khả năng gặp ở cả hai giới, chứng bệnh hay có 2 dạng là nguyên phát (mắc phải ở giai đoạn đầu), thứ phát (lúc đầu thông thường song sau lại bị).

## giảm sút ham muốn tình dục

Đây là [dấu hiệu yếu sinh lý](#) mà các quý ông tự nhận biết được từ bản thân mình, không còn cảm giác rạo rực, hứng thú, còn có thể là né tránh ân ái, “trả bài” một phương pháp qua loa. Theo các bác sĩ, suy yếu cảm hứng tình dục xuất phát từ nhiều nguyên do, một trong đó tới từ nguyên do tuổi tác. Càng nhiều tuổi thì tỷ lệ suy yếu cảm hứng càng tăng. Mức độ này có thể tiếp diễn ở mọi lứa tuổi.

Theo tìm hiểu, khoảng 43% chị em phụ nữ và 31% đàn ông đã trải qua tình trạng suy giảm cảm hứng tình dục.

## đau khi quan hệ

dương vật không thể đạt được độ cương, thường các mô sẹo chạy dọc theo chiều dài của "cậu bé" do quá trình thay đổi cương, dẫn đến "cậu nhỏ" gặp phải cong vẹo, gây nên đau, mất cảm hứng khi giao hợp. Điều này cũng diễn ra với những thành phần đều đặn thủ dâm.

## Không thỏa mãn sau khi bản tính

Theo các chuyên gia, hứng thú của phái mạnh hay xuất hiện tuy vậy song với hiện tượng bản tính. Để đạt được cảm giác hài lòng thì quá trình này phải tuân thủ quy trình từ không cao đến cao, từ giai đoạn kích thích (nghe, nhìn...) làm cho cơ quan sinh dục đào thải dịch tới giai đoạn cao độ (nạp tinh) thông qua một số động chạm mạnh hơn.

Từ đó, tinh dịch bài tiết khá nhiều hơn, kích thích quá trình bản tính cộng với cảm giác sung sướng cực độ. Nhưng, đối với một vài thành phần bệnh sinh lý yếu, gặp khổ sở về câu hỏi bản tính, quy trình

này có khả năng sẽ không diễn ra, câu hỏi phóng tinh khó khăn thao túng. Tình trạng hưng phấn tiếp diễn ngắn ngủi, hoặc vừa đến từng kết thúc, gây nên cảm giác chán nản, không thỏa mãn.

yếu sinh lý khiến cho thành phần đàn ông hay không có cảm giác hài lòng sau khi xuất tinh

## yếu tố gây ra bệnh yếu sinh lý

sinh lý yếu xuất phát từ rất nhiều yếu tố, bao gồm: (3)

- Tuổi tác: Đây là nguyên nhân được “điểm mặt” đầu tiên gây ra tình trạng suy giảm cực khoái tình dục ở đàn ông. Theo thời gian, hormone sinh dục nam là Testosterone và Nitric Oxide (là một hợp dưỡng chất tham gia vào quá trình cương cứng) sau tuổi 30 đã bắt đầu giảm sút. Việc đó không chỉ tác động đến sức khỏe gây các chứng bệnh lý toàn thân của phái mạnh và còn ảnh hưởng đến hoạt động tình dục của nam giới, gây giảm sút cảm hứng, bị liệt dương, bắn tinh sớm...
- Mắc chứng bệnh lý về chuyển hóa: Các bệnh lý như béo phì, rối loạn lipid máu, tiểu đường, huyết áp cao... sẽ có ảnh hưởng không nhỏ đến sinh lý. Đồng thời, các căn bệnh lý như teo tinh hoàn, ung thư tinh hoàn, ung thư dương vật... cũng ảnh hưởng trực tiếp tới phong độ phòng the của phái mạnh.
- Các dạng thủ thuật hoặc bẩm sinh về cấu trúc vùng xương chậu, tùy sống sẽ tác động đến mạch máu và dây thần kinh ở dương vật bị thương tổn.
- tác dụng phụ của một vài loại thuốc kháng sinh như thuốc an thần, kháng sinh chống trầm cảm, kháng sinh hạ huyết áp, một vài dạng thuốc kháng sinh lợi tiểu.
- chế độ sinh hoạt nghèo nàn, liên tiếp dùng chất kích thích như: cà phê, thuốc lá, ma túy... cũng ảnh hưởng tới khả năng sinh lý của phái mạnh.
- chế độ sinh hoạt không điều độ: Thói quen ít vận động, dùng quá nhiều "lâm trận" tình dục, rất hay thủ dâm sẽ khiến dương vật hoạt động với tần suất cao, phóng tinh đều đặn, gây ra tình trạng bị xuất tinh sớm, thậm chí có nguy cơ rối loạn cương dương.
- Tâm lý căng thẳng: rất hay chịu áp lực, mệt mỏi, sang chấn tâm lý... ảnh hưởng tới hưng phấn, chất lượng tinh binh. Vì lúc ấy, cơ thể sẽ sản xuất ra hormone steroid, hormone này sẽ ức chế quá trình sản xuất Testosterone nội sinh, trì hoãn việc sản xuất tinh trùng ở phái mạnh.

## bệnh sinh lý yếu có nguy hiểm không?

Theo các chuyên gia, mức độ này không tác động trực tiếp tới mạng sống của người bệnh, nhưng, nếu chứng bệnh không được trị đúng đắn và sớm có khả năng gây những tác hại, tác hại không yêu cầu cả về sức khỏe toàn thân, sức khỏe sinh sản, tinh thần, chất lượng sống của trường hợp đàn ông.

bệnh sinh lý yếu ở phái mạnh nếu không được trị sớm có thể gây nên liệt dương, mất khả năng giao hợp vĩnh viễn. Do quá trình "lâm trận" không thuận lợi, tin cậy và lượng tinh trùng giảm, bởi vậy quá trình thụ thai tạo thành khó. Khi phong độ phái mạnh giảm sút sẽ ảnh hưởng đến tâm lý, sức khỏe của bản thân và biến chứng cho “đối tác”. Hạnh phúc gia đình cũng theo đó mà phải ảnh hưởng.

bệnh sinh lý yếu tuy không ảnh hưởng tới mạng sống có ảnh hưởng sức khỏe, tin cậy sống của người đàn ông

## bệnh yếu sinh lý có trị được không?

giải đáp là căn bệnh hoàn toàn có thể trị được. Thời điểm này, đối với sự phát triển mạnh mẽ của y học, bệnh lý này có khả năng trị hoàn toàn. Song, đây là căn bệnh nhạy cảm, phái mạnh hay có tâm lý che giấu, không đi khám tự ý mua thuốc uống, và biến chứng là làm rất lớn thêm câu hỏi chính mình đang gánh chịu.

do đó, khi thấy mình có biểu hiện sinh lý yếu mà không thể mất cân bằng được, nam giới nên tới các chuyên khoa chất lượng để được kiểm tra, có cảm giác và có phác đồ chữa trị thích hợp nhất, hồi phục nhanh nhất có nguy cơ.

## Phương pháp chữa bệnh yếu sinh lý

Tùy vào nguyên do và tình trạng căn bệnh mà bác sĩ sẽ có chỉ định trị phù hợp. Trường hợp nhẹ, người bệnh cần duy trì thói quen sinh hoạt tích cực, ăn sử dụng, tập, nghỉ ngơi thích hợp. Khi căn bệnh tiến triển không nhỏ, nên được chữa bằng thuốc kháng sinh, hoặc đi kèm công nghệ tâm lý, vật lý chữa trị liệu để tăng lên tình hình. (4)

Theo đó, các hình thức [chữa yếu sinh lý](#) sẽ bao gồm:

### trị liệu bằng tâm lý

đối với một số tình huống bệnh do tâm lý stress, hoang mang thái quá hay ám ảnh những lần “ngã ngựa” trước... sẽ gây ức chế thần kinh gây nên hiện tượng co thắt cơ trơn, làm cho “cậu nhỏ” không thể cương dương. Trong tình huống này, giải tỏa tâm lý là điều nên tiến hành. Nếu tự bản thân không thể khắc phục được thì nên tìm đến chuyên gia tâm lý thường hay tìm sự hỗ trợ của bạn tình. Việc thực hiện này sẽ giúp cho phái mạnh kịp thời uống lại tinh thần và “bản lĩnh” giường chiếu.

### trị bằng thuốc kháng sinh

Các kiểu kháng sinh trị sinh lý yếu nam gồm thuốc uống, thuốc kháng sinh tiêm, thuốc kháng sinh ngậm và kháng sinh đặt, bao gồm:

- Nhóm thuốc ức chế men PDE-5: Như Vardenafil, Viagra... Nhóm thuốc này giúp cho hỗ trợ khả năng cương cứng bằng biện pháp giãn mạch giúp đưa máu đến dương vật tương đối nhiều hơn. Bằng cơ chế ức chế hoạt động của enzyme PDE-5, máu sẽ dồn đến "cậu bé" tương đối nhiều hơn, gia tăng khả năng cương dương của "cậu nhỏ". Tuy nhiên, những dạng kháng sinh này có khả năng gây nên phản ứng phụ không cần đến như đau đầu, đau đờn vùng thắt lưng, đau họng, nóng bừng mặt, ra máu mũi, buồn nôn, ù tai, có khi còn gây ra tình trạng cương dương quá dài, dẫn đến hoại tử dương vật và đe dọa đến sinh mạng.
- một số loại kháng sinh tiêm như: Phentolamine hoặc thuốc kháng sinh Prostaglandin E1 trong tình huống sử dụng thuốc nhưng mà không hiệu quả, "cậu nhỏ" không cương cứng, bác sĩ có nguy cơ tiên hành tiêm kháng sinh trực tiếp vào dương vật hoặc bắp tay.

- thuốc thoa gây tê tại chỗ: thuốc thoa hay áp dụng chỉ giúp trì hoãn việc xuất tinh tạm thời. Thuốc có khả năng gây rát khi "lâm trận" nếu chưa được rửa sạch. Ngoài ra, thuốc cũng có phản ứng phụ là hoa mắt, chóng mặt, ù tai, điều chỉnh nhịp tim...
- thuốc chống trầm cảm: với một vài tình huống bệnh do nguyên do tâm lý, bác sĩ có khả năng chỉ dẫn một vài dạng thuốc chống trầm cảm giúp cho hỗ trợ chữa trị.

Trong trường hợp không nhỏ, bệnh sinh lý yếu sẽ được chỉ dẫn trị bằng kháng sinh

Đồng thời, còn có dạng gel thoa, thuốc xịt để nâng cao những dấu hiệu điều chỉnh tình dục tạm thời.

### điều trị bằng vật lý trị liệu

Bằng các kỹ thuật vật lý chữa trị liệu, quang năng vật lý điều trị liệu, sóng viba, sóng ngắn, áp dụng dụng cụ chân không... giúp dương vật cương, kích thích dây thần kinh điều khiển các công dụng sinh lý. Nhờ đó, giúp cho máu được lưu thông tốt hơn, tăng cao ham muốn tình dục, hồi phục nguy cơ sinh lý ở phái mạnh.

### chữa bằng tiểu phẫu

Trong một số trường hợp bẩm sinh: bao quy đầu hẹp, dây thần kinh ở bao quy đầu quá mẫn cảm hoặc mắc các bệnh lý về tuyến tiền liệt hoặc một số trường hợp điều trị bằng thuốc kháng sinh không mang tới hữu hiệu. Tuy vậy, đây là kỹ thuật can thiệp ngoại khoa ngoại phức tạp, mong muốn bác sĩ có trình độ chuyên môn cao thì mới tiến hành được. Kỹ thuật tiểu phẫu trị bệnh sinh lý yếu bao gồm:

- thủ thuật mở rộng và khử bao da quy đầu
- Chỉnh hình, cấy ghép giúp điều chỉnh cấu trúc của "cậu nhỏ"
- Đặt thể hang nhân tạo ở "cậu nhỏ" nhằm cải thiện khả năng cương cứng
- tiểu phẫu u xơ tiền liệt tuyến
- Tăng độ dài cho "cậu nhỏ"
- thủ thuật nối thông động mạch

tình huống lấy công nghệ chữa này sẽ được kiểm tra mức độ sức khỏe kỹ lưỡng, nếu không đạt cần đến sẽ không được chỉ dẫn tiểu phẫu.

>> [10+ Cách chữa yếu sinh lý tại nhà hiệu quả tốt nhất](#)

## bệnh sinh lý yếu cần phải ăn gì và kiêng ăn gì để cải thiện?

cùng với việc điều trị và lấy các sản phẩm hỗ trợ đều đặn thì chế độ ăn uống, cũng như bệnh nhân cần ăn gì và kiêng gì để gia tăng được khá nhiều trường hợp đặt ra. Để có một sức khỏe cường tráng, duy trì vững phong độ "giường chiếu", quý ông nên ăn sử dụng đủ dinh dưỡng, ưu tiên một số món ăn giàu vitamin và khoáng chất, sử dụng đủ nước mỗi ngày, thì nên khuyên "danh sách" những món ăn cần phải và giảm thiểu sau đây:

- thực phẩm cần ăn: Hải sản (tôm, cua, cá, hàu, ốc...), chocolate đen, dưa hấu, các kiểu hạt, trứng gà, củ dền, quả sung.
- đồ ăn cần phải tránh: thực phẩm chiên rán, không ít dầu mỡ, thức ăn chứa nhiều muối, đồ ngọt, chất kích thích, rượu bia, thuốc kháng sinh lá.

Quý ông nên ưu tiên nhóm thực phẩm giúp cho tăng lên sinh lý cho đàn ông

## phòng chống bệnh yếu sinh lý

bệnh có ảnh hưởng nặng tới tâm lý, uy tín sống của thành phần nam giới, bởi vậy, quý ông cần có cách chủ động ngăn ngừa ngay từ sớm.

### Xây dựng thói quen sống lành mạnh

cần có chế độ làm việc, nghỉ ngơi, ăn uống và hoạt động hợp lý.

- cần thiết phải có chế độ sinh hoạt cân đối với đầy đủ 4 nhóm chất chính: bột đường, đạm, béo, vitamin và khoáng chất. Cần thiết phải ưu tiên một số thức ăn giàu vitamin C và E, một số dưỡng chất tốt cho sinh lý của đàn ông như: hàu, thịt đỏ, rau quả tươi, cá, các loại hạt, Ngoài ra không nên các thức ăn đóng hộp, món ăn chế biến sẵn, rất nhiều dầu mỡ. Không nên các chất gây nghiện (rượu bia), nói không đối với thuốc kháng sinh lá.
- tránh thức khuya, cần ngủ đủ giấc, tháo tung stress bằng liệu pháp chuẩn bị xếp công việc hợp lý, không nên lao động quá sức, giải tỏa căng thẳng bằng biện pháp nghe nhạc, xem phim, đọc sách, thiền, yoga, hay đi “đổi gió” ở đâu đó giúp cho chính mình uống lại cân bằng. Trường hợp stress thần kinh quá nhiều nên nên gặp bác sĩ chuyên khoa để tư vấn trị liệu tâm lý.
- liên tục luyện tập thể thao thể thao: Việc tập luyện thể dục thể thao không những giúp cho tăng cao sự dẻo dai cho cơ bắp, gia tăng sức khỏe toàn thân, giúp cho tinh thần được sáng khoái, giải tỏa hoang mang nếu có, mà còn giúp cho máu được lưu thông tốt hơn, cải thiện nguy cơ sinh lý ở nam giới. Khuyến cáo, khi luyện tập, đàn ông cần thiết phải lựa chọn môn thể dục thể thao chính mình yêu thích, vừa khoảng đối với sức khỏe của chính mình. Cần phải duy trì luyện tập 30 phút mỗi ngày, tuần 5 lần đối với các môn như bơi lội, chạy bộ, cầu lông, kegel...
- sử dụng sản phẩm có nguồn gốc từ thiên nhiên giúp ngăn chặn và hỗ trợ cải thiện tình trạng bệnh sinh lý yếu an toàn, hữu hiệu.

## một số câu hỏi mối liên quan

### đàn ông bị sinh lý yếu có con được không?

Đây là thắc mắc của tương đối nhiều người về khả năng sinh sản khi rơi vào tình trạng này. Tùy vào mức độ bệnh mà có trả lời chính xác. Với những trường hợp bệnh chưa rơi vào tình trạng rối loạn cương dương, thì còn lại vẫn có nguy cơ có con.

Chỉ cần thiết phải "cậu bé" cương cứng, Dù trong thời gian ngắn, không đạt được hưng phấn hoặc số lượng tinh binh thiếu nhiều thì khi giao hợp, tinh binh đủ khỏe gặp được trứng thì quá trình thụ thai vẫn xảy ra như thường thì. Bởi vì thế, câu trả lời cho vấn đề trên là có, song, khả năng thụ thai không cao và mức độ này nếu không được chữa trị có khả năng gây ra mức độ bị liệt dương gây vô sinh.

Có nên tự trị bệnh sinh lý yếu tại nhà không?

Tùy thuộc vào nguyên do và tình trạng chứng bệnh để có quyết định nên chữa trị bệnh tại nhà thường không. Với những tình huống đang ở tình trạng nhẹ và biết rõ yếu tố từ các nhân tố tâm lý, thói quen sinh hoạt thì người mắc bệnh có nguy cơ chủ động rối loạn, điều chỉnh thói quen sinh hoạt và giải tỏa một số hoang mang, lấy lại cân bằng cho cuộc sống.

tuy vậy, đối với những tình huống trầm trọng, thường hay không rõ con đường yêu cầu chữa bằng thuốc kháng sinh, thường đòi hỏi can thiệp ngoại khoa thì nên đến cơ sở y tế hay bệnh viện có chuyên khoa để được kiểm tra, cảm thấy và trị tích cực, giúp người bệnh nhanh xử lý được mức độ “yếu ớt” của chính mình.

Bệnh yếu sinh lý là chứng bệnh “khó nói” của cánh mày râu, song nếu không được trị sớm nó sẽ ảnh hưởng đến sức khỏe toàn thân, chuyện phòng the, tinh thần và tin cậy cuộc sống của đàn ông. Bài viết đã đưa đến cho phái mạnh hiểu thêm về bệnh, hy vọng người bệnh sẽ hiểu hơn về mức độ này và tìm tới biện pháp trị khoa học nhất cho mình.

Xem thêm >>

- [TOP 7 địa chỉ khám và chữa yếu sinh lý tốt, uy tín ở Hà Nội](#)
- [11 loại thực phẩm giúp tăng cường sản xuất testosterone nam](#)