

Телемедицинская консультация врача-уролога

Пациент:

Имя: Игорь

Возраст: 29

Пол: Мужской

Врач:

ФИО: Шадёркин Игорь Аркадьевич

Специализация: Уролог

Учёная степень: кандидат медицинских наук

Дата и время:

обращения пациента за консультацией: 14.02.2024 23:52:13

формирования заключения врача: 15.02.2024 08:30:27

Ссылка на электронную версию:

Адрес в сети Интернет: <https://03uro.ru/consultations/question/315220/answer/315229>



Заключение врача

Здравствуйте! Воздержание от секса и мастурбации может иметь различные эффекты на организм, но большинство из этих эффектов не являются долгосрочными или вредными. Влияние на эрекцию, потенцию, уровни тестостерона, здоровье яичек, качество спермы и простату может варьироваться в зависимости от индивидуальных особенностей человека, продолжительности воздержания и других факторов. Рассмотрим каждый из этих аспектов:

- **Эрекция и потенция** • Воздержание от сексуальной активности на короткие периоды, как правило, не оказывает значительного влияния на эрекцию и потенцию. Однако длительное воздержание может привести к уменьшению частоты спонтанных эрекций, что является нормальным физиологическим явлением.
- **Тестостерон** • Краткосрочные изменения в сексуальной активности не оказывают значительного влияния на общий уровень тестостерона. Некоторые исследования показывают, что после трех недель воздержания может наблюдаться временное увеличение уровня тестостерона, но эти данные не являются однозначными.
- **Яички и сперма** • Длительное воздержание не влияет на здоровье яичек и качество спермы в негативном смысле. Однако может произойти временное увеличение объема спермы и сперматозоидов в эякуляте после периода воздержания.
- **Простата** • Некоторые исследования указывают на то, что регулярная эякуляция может снижать риск развития рака простаты, но воздержание на короткие периоды вряд ли окажет значительное влияние на здоровье простаты.
- **Общее самочувствие и настроение** • Воздержание может оказать влияние на настроение и общее самочувствие, включая уровни стресса и тревожности. У некоторых людей воздержание может вызвать чувство напряжения или фрустрации, в то время как другие могут не замечать значительных изменений. Важно помнить, что сексуальное здоровье и благополучие сильно зависят от личных ощущений, удовлетворенности и отсутствия стресса, связанного с сексуальной активностью или её отсутствием.