

PANNE D'ÉRECTION

QUELS SONT LES FACTEURS DE RISQUE ?

Pour un homme, une panne d'érection, c'est très inquiétant. Il semble souvent que ces pannes apparaissent sans raison.

Pourtant, il n'en est rien et **il existe de nombreux facteurs augmentant le risque de trouble érectile.** C'est ainsi qu'il est possible de le prévenir en cherchant à éviter tous les **facteurs de risques d'une difficulté érectile.**

Voici donc le tour de ces facteurs de risques.

- Panne d'érection : ce qui abîme les artères nécessaires à l'érection
- Quand la prostate perturbe la fonction érectile
- Érection, psychisme et sexualité
- Quels sont les facteurs bénéfiques pour une bonne érection ?
- Attention, certains médicaments perturbent l'érection

Panne d'érection : ce qui abîme les artères nécessaires à l'érection

- **L'alcool, au-delà de trois verres de vin par jour** ou équivalent en doses d'alcool, est néfaste à long terme pour les artères, en particulier les artères du sexe masculin.
- **Le tabac** a un effet terriblement négatif sur les artères de tout le corps, y compris les **artères du pénis.**
- **Le manque d'exercice physique** finit par « rouiller » les artères.
- **Le diabète a tendance à altérer l'érection** par plusieurs mécanismes.
- **Le surpoids** : il est le témoin d'un métabolisme déséquilibré qui altère l'intérieur des artères.
- **Un cholestérol trop élevé** est le facteur le plus agressif pour les artères.
- **L'hypertension artérielle** non traitée agresse en permanence le réseau artériel en l'obligeant à supporter une pression exagérée qui lui est néfaste.
- **Un homme qui a déjà souffert de maladie cardiovasculaire**, quelle qu'elle soit (infarctus, accident vasculaire cérébral...) présente **un risque augmenté de dysfonction érectile.**

Quand la prostate perturbe la fonction érectile

Quand la prostate a des problèmes, la fonction érectile est souvent atteinte.

- **Problème bénin de prostate.**
On sait actuellement qu'une **prostate un peu grosse** (hypertrophie bénigne de la prostate) **peut entraîner des difficultés érectiles.**
- **Cancer de la prostate : la fonction érectile est souvent atteinte**, soit par la maladie elle-même, soit par la chirurgie ou même par les traitements.

Erection, psychisme et sexualité

- **Les connaissances sur la sexualité** jouent un rôle important dans la vie sexuelle et au niveau de l'**érection.**
- **La satisfaction sexuelle** entraîne une disposition d'esprit très positive et très favorable à une sexualité épanouie, même si l'**érection** est de temps à autre moins parfaite.
- **La dépression** est un facteur très néfaste pour la sexualité.

Quels sont les facteurs bénéfiques pour une bonne érection ?

- **Des rapports sexuels réguliers sont très bénéfiques pour l'érection.**
- **La qualité actuelle de l'érection**, sa vivacité et la **fréquence des érections matinales** sont aussi des bons facteurs prédictifs pour **conserver une bonne érection** à long terme.

Attention, certains médicaments perturbent l'érection

Les médicaments sont nombreux à avoir un **effet secondaire « anti-érection »**.

Aussi, quand un homme suit un traitement et connaît des difficultés érectiles, il est bon d'en parler à son médecin.

Le médecin peut parfois être amené à modifier un traitement pour un autre, moins néfaste pour la sexualité. Il peut aussi aider à en supporter la contrainte, notamment quand il s'agit d'un médicament prescrit pour un temps limité ou encore aider en prescrivant d'autres traitements favorables au retour d'une érection satisfaisante.

*Mis à jour par Dr Catherine Solano - médecin sexologue le 14/03/2013
Créé initialement par Dr Catherine Solano - médecin sexologue le 10/04/2006*

© <http://www.e-sante.fr/panne-erection-quels-sont-facteurs-risque/actualite/815>