

MANQUE DE RIGIDITÉ DU PÉNIS UN TROUBLE DE L'ÉRECTION

Une érection ?

*C'est le pénis qui grandit et devient **rigide**...*

Mais ce n'est pas très précis.

*Qu'est-ce qu'une **rigidité "normale"** pendant une érection ?*

*Quand faut-il aller voir un médecin si la **rigidité** ne nous semble pas suffisante ou satisfaisante ?*

Et comment en juger ?

Qu'est-ce qui fait la rigidité d'une érection ?

Lors d'une **érection**, le **pénis devient rigide** parce qu'il s'engorge de sang. Sous l'effet d'une stimulation, les muscles de la **base du pénis** se relaxent. Ils laissent le sang entrer dans ce que l'on appelle les corps caverneux, deux cylindres qui parcourent toute la **longueur du pénis**. Formés d'une coque souple mais très résistante, les corps caverneux se redressent et deviennent très **rigides** : c'est **l'érection**. De nombreuses causes peuvent enrayer ce mécanisme :

- Excès de cholestérol dans le sang ou maladies cardiovasculaires.
- Diabète.
- Certains traumatismes neurologiques.
- De nombreux médicaments (notamment des antihypertenseurs, des antidépresseurs, des tranquillisants et d'autres encore).
- L'usage de tabac et d'alcool.

Des facteurs psychologiques peuvent aussi jouer un rôle : anxiété, dépression, peur de l'échec peuvent diminuer la **qualité de l'érection**.

Quand peut-on dire qu'un manque de rigidité est un trouble de l'érection ?

C'est une question plus complexe qu'elle n'en a l'air. La **fréquence des troubles de l'érection** augmente avec l'âge (1) : ils touchent plus de la moitié des hommes de plus de soixante ans. Cependant, leur gravité peut aller de troubles occasionnels et bien vécus jusqu'à une **absence totale d'érection**, ou des **érections** qui ne permettent pas un rapport complet.

La question que les hommes, ou les couples, doivent se poser est donc plutôt "la **qualité de mes érections** (ou de celles de mon partenaire) me permet-elle d'avoir une vie sexuelle et de couple épanouie ?"

Que faire si mes érections ne sont pas assez rigides ?

La bonne nouvelle, si la réponse est négative, c'est qu'il existe des solutions. La première étape conseillée est d'aller voir votre médecin traitant ou un urologue pour faire le point sur le problème et ses causes.

Ce dernier pourra notamment vous prescrire des médicaments – Viagra®, Cialis® ou Levitra® – pour vous aider à obtenir de **meilleures érections**. Si les **causes des problèmes d'érection** sont plutôt psychologiques, un suivi par un thérapeute, seul ou en couple, peut permettre d'améliorer la situation.

Article publié par Marion Garteiser, journaliste santé le 26/01/2012

Sources : (1) Jackson et al., Journal of Sexual Medicine 2006;3-28-36.

*Cet article fait partie du dossier **Spécial troubles sexuels masculins** du site e-sante.fr*