الفصل السابع

القذف السريع عند الرجـــال

obeikandl.com

آلية القذف:

عند بلوغ النشوة أثناء المجامعة تحصل تقلصات في عضلات نبيات الخصية حيث تتكون الحيوانات المنوية والقنوات الصادرة ما بين الخصية والبربخ والبربخ نفسه والقنوات المنوية مع إفراز السائل المنوي من الحويصلات المنوية والبروستاتا تحت تأثير الجهاز العصبي الودي (إرادي) الذي يغلق عنق المثانة تلقائيًا لتفادي تراجع السائل المنوي إليها، فيقع هذا السائل في شرك ما بين عنق المثانة والإحليل القاصي المقفولين.. ومع ارتفاع الضغط في بلعه السائل المنوي يشعر الرجل بقدوم القذف المحتوم تحت توجيه الدماغ، ويحدث الذروة التي تمثل إدراكًا للذة في الدماغ الذي يتزامن مع القذف الذي يحصل نتيجة تقلصات متتابعة للعضلات المحيطة بالعضو التناسلي تحت تأثير الجهاز العصبي اللاودي (اللاإرادي) عبر العصب الفرجي، وبعض الكيماويات مثل: «أكسيد نيتريك»، وأول أكسيد الكربون.

أسباب سرعة القذف

أولاً: الانفعال العصبي: يعتبر سببًا شائعًا في إحداث سرعة القذف، والانفعال العصبي ينشأ عن القلق أو قلة الاتزان أو التوتر أو قلة الخبرة أو توقع الفشل أو الخوف.

العلاج: وهنا يجب على الرجل أن يثق في نفسه، ويذهب عن باله الأفكار والهواجس التي لا داعي لها، وينبغي عليه أن يكون عنده شيء من الثبات، وللمرأة هنا دور كبير في مساعدة الرجل عن طريق اللطف والتعاطف؛ فعلى المرأة أن تكون لطيفة مع زوجها، وتشعره بتعاطفها معه، وتقديرها له، وأنها تحبه لذاته، ثم تبث الثقة في نفسه وفي رجولته، كل هذه أمور لها فاعلية السحر في نفس الرجل، مما يجعله في النهاية يقوم بواجباته الجنسية على أكمل وجه.

ثانيًا: الانتصاب الناقص: من أهم أسباب سرعة القذف هو الانتصاب غير الكامل للعضو الذكري.

والسبب في كثير من الحالات ناتج عن عدم استجابة المرأة لزوجها، وعدم إثارتها له، فبرود المرأة وقلة إثارتها يقضي على انتصاب عضو الذكر.

العلاج:

الحل يقع بدرجة كبيرة على المرأة؛ فالزوجة المتعاطفة الحنونة الوفية بإمكانها أن تساعد زوجها مساعدة كبيرة في علاج هذه المشكلة عن طريق التزين والتعطر، وسلوك المسالك المثيرة أمامه، وقبل كل ذلك عليها أن تشعره بحبها ورغبتها القوية فيه، وأن تبث الثقة بالمغازلة والمداعبة، ومخاطبة روح الرجولة فيه.

ثم إن الرجل نفسه عليه أن يثير خياله، ويملؤه بالأفكار التي تجعل الجنس مسيطرًا على كل تفكيره في هذه اللحظة، فيتخيل العملية

الجنسية، ويتخيل الأوضاع التي يمكن أن توقظ فيه الإثارة الكامنة.

ثالثًا: نقص الترطيب: يحدث نقص الترطيب عندما لا تفرز المرأة الإفرازات المهبلية التي تلين الطريق الذي يلج فيه العضو الذكري، ومن ثم يكون الإيلاج صعبًا، فيضغط على العضو الذكري، ويسبب احتكاك أكبر وتهيج أكثر؛ فيقذف بسرعة.

العلاج:

كثرة المداعبة قبل الإيلاج حتى تفرز المرأة إفرازات أكثر، وإن لم تفلح هذه الطريقة؛ فالحلُّ هو اللجوء إلى المرطبات والملينات الطبية فقط، وليست الكيماوية، وهي تتوافر بكثرة في الصيدليات.

رابعًا: الطريقة الخطأ: ربما تكون الطريقة التي يسلكها بعض الرجال هي المسئولة عن سرعة قذفهم، وغالبًا يكون هذا الخطأ هو في استعجالهم، فتجدهم يريدون الانتهاء بأسرع ما يمكن، ولا يخطر ببالهم شيء سوى اتباع اقصر طريق بين الرغبة والوصول إلى الذروة.

العلاج:

لا داعي للسرعة في الإيلاج، ولا داعي للحركات العنيفة بعد الإيلاج مباشرة، بل إن على الزوج أن يمهد بالمداعبة الخارجية قبل الإيلاج، وعليه بعد الإيلاج أن ينتظر ساكنًا بعض الوقت دون تحريك العضو، وهنا سيلاحظ الزوج أن شعوره بالقذف سيقل تدريجيًّا، خاصةً إذا تحكم بعقله وشغله ببعض الأمور غير الجنسية مع

أن هذا يكون صعب في البداية، وعندما يبدأ الشعور بعدم الرغبة في القذف يبدأ بتحريك عضوه ببطء، ويكرر نفس العملية السابقة، وعلى الزوجة نفسها أن تكون متفهمة لما يحدث، وتبادله حركاته بحركات لها نفس الإيقاع في البطء أو التوقف للحظات أو المداعبة.

طرق أخرى لعلاج سرعة القذف:

أولاً: معرفة السبب الطبي أو النفسي وعلاجه.

ثانيًا: تغيير وضعية الجماع إلى وضعية الفارسة للزوجة (الزوج يصبح سلبي في العلاقة).

ثالثًا: شغل الذهن عن طريق التفكير في أشياء أخرى بعيدًا عن الجنس أو العد العكسي من (١٠٠ - ٩٩ - ٩٨ - ٩٧...).

رابعًا: استعمال كريمات مخدرة موضعيًا على القضيب التي تسبب بعض التخدر للقضيب مما يؤخر زمن القذف.

خامسًا: استخدام بعض المركبات من الطب الشعبي المفيدة مثل: شرش الزلوع، والجنسنج، وغيرها من المركبات الموجودة لدى محلات العطارة، كما أن هناك مركبات لدى محلات الأغذية، والمقويات الخاصة بالرياضيين مثل (G.N.C)، وتتميز هذه المركبات بأنها تزيد من الكفاءة الجنسية، وهي مكونات طبيعية، وليس لها أعراض جانبية.

obeikandl.com

سادسًا: استخدام بعض الأدوية الكيميائية مثل: مضادات الاكتئاب.

سابعًا: إذا كنت لا تهوي الأدوية استخدم طريقة ماسترز وجونسن، وهي طريقة تحتاج لصبر ووقت.

ملخص العملية:

تتلخص العلمية في تدريب المخ والأعصاب على التوقف عن القذف، وإطالة مدة الجماع بشكل ميكانيكي.

إن لحظة القذف هي اللحظة القصوى التي تصل فيها الطاقة الجنسية ذروتها، ولا يستطيع مخ الذكر عندها مواصلة الإثارة الجنسية مما يجبره على إعطاء الأوامر إلى غدد البروستاتا والحويصلات المنوية لبدء عملية إفراز السائل عن طريق دفعات قوية متواصلة.. حتى إذا خرج هذا السائل؛ فإن الطاقة الجنسية تتفرغ، ويبدأ الجسم والأعصاب بالارتخاء وأخذ الراحة.. ولا يمكن معاودة هذه العملية مباشرة.. بل لا بدَّ من فترة ليعود الجسم لحالته الطبيعية قبل هذه العملية.. وقد لا يستطيع كثير من الرجال معاودة الكرة إلا بعد مضي نصف ساعة أو أكثر..

بناءً على ما سبق.. نرى أن سبب سرعة القذف الرئيسي هو نفسي عصبي بالدرجة الأولى.. حيث نجد أن الشباب الحديث الزواج الذين لم يعتادوا على هذه الإثارة.. تجد المخ والأعصاب عندهم

obeikandl.com

حساسين كثيرًا للإثارة الجنسية.. ولا يطيق الجهاز الجنسي عندهم هذه الطاقة العظمى لفترات طويلة، مما يحدو بالمخ سرعة إعطاء الأوامر للجهاز الجنسي لوقف هذه العملية (الصعبة) فورًا عن طريق الانتهاء منها بالقذف السريع والفوري.

طريقة ماسترز وجونسون تاريخيًّا:

وهي طريقة مسماة باسم الأخصائي الذي اكتشف هذه الطريقة وزوجته.. السيد ماسترز رجل أخصائي في عالم الجنس والحياة الجنسية.. ولديه مركز علاجي يلجأ إليه الأزواج الذين يعانون من مشاكل جنسية متعددة.

بعد تجارب عدة قام هذان الزوجان باكتشاف طريقة لتأخير عملية القذف بشكل عملي تدريبي، وقد أثبتت هذه الطريقة فاعلية كبيرة.. وقد تمَّ تجربتها على الكثير من المرضى من الأزواج الذين حضروا للمركز لعلاج هذه القضية.

وعلاج سرعة القذف طبقًا لطريقة ماستر وجونسون يعتمد على تقنية «الضغط» أو «العصر»، وفيها تقوم الزوجة بمساعدة الزوج على الانتصاب، وعندما يهم بالقذف تقوم بضغط القضيب تحت حافة الحشفة لمدة ثلاث أو أربع ثوانٍ، وهي مدة كافية حتى لا يحدث القذف، ويتكرر الأمر عدة مرات دون إيلاج، ثم مع الإيلاج طبقًا لتدريج منتظم يصل بعده الزوجان إلى القدرة على التحكم في القذف لمدة تتراوح بين (١٥ – ٢٠ دقيقة).

وهذه الطريقة تتلخص في الآتي:

أولاً: يستحسن أن تبدأ ممارسة الجنس في ظروف هادئة بدون إثارة مسبقة.

ثانيًا: تبدأ في ممارسة الجنس بطريقة عادية حتى تصل إلى أن تكون على وشك القذف، فتخرج القضيب، وتجعل شريكتك تمسك به بشدة حتى تمنع القذف.

ثالثًا: بعد أن تتمالك أعصابك تعود مرة أخرى لممارسة الجنس، وتكرر نفس الخطوات حتى خمس مرات، ثم بعد ذلك تنهي العملية الجنسية.

تتبع هذه الطريقة لمدة أسبوعين، وبعد الأسبوعين تزيد عدد المرات إلى عشر مرات، بعد أسبوعين تزيد العدد إلى ١٥ مرة، وهكذا حتى تشعر بالتحسن.

إن هذه العملية تحتاج إلى فترة من الوقت؛ لأنها طريقة تدريبية بحتة.. لكنها موثوقة.. وقد أدت إلى نتائج باهرة عند ٩٥ ٪ من الذين أجريت عليهم التجارب في معهد ماسترز وجونسون للعلاج الجنسي..

وبعد فترة من التدريب؛ فإن الرجل يصبح لديه القدرة على التحكم في نفسه، ويصبح يقذف فقط عندما يشعر أن زوجته قد وصلت معه إلى الذروة.

obeikandi.com

وخلاصة النصائح كلها:

١- لا تتسرع ولا تتعجل.

٢- يتم الإيلاج ببطء وعناية وحذر.

٣- التوقف عن حركة العضو بعد الإيلاج مباشرة.

٤- التحكم العقلي بالتفكير في موضوع آخر أثناء الجماع.

٥- التدرج في بدء حركات العضو.

٦- التدرج في المشاركة في الحركة بين الزوجين.

وبالتدريج سيجد الرجل أن أصبح يتحكم في توقيت القذف وفي إطالة المدة، ويجب عليه ألا ييأس؛ فإذا فشل في هذه المرة فسيكون أكثر توفيقًا في المرة القادمة.

أما إذا شعر أنه يقذف في كل مرة قبل الأوان؛ فهناك طريقة أخرى، ويمكن استخدامها حتى للرجال الذين لا يشكون من سرعة القذف، وهو أن يحاول محاولته الثانية بنفس الليلة بعد أخذ حمام وأكلة دسمة، وسيجد أن المدة طالت معه أكثر، وقد تصل الزوجة معه إلى ذروتها في اللقاء الثاني أكثر من مرة، وهنا سيشعر الزوج بفحولة كاملة ورجولة متجددة.

* * *

obeikandl.com

إن تخاذل القذف أو انقطاعه وأحيانًا عدم بلوغ النشوة عرض سريري لعدة حالات مرضية أو نفسية تؤثر على الزوجين بنسبة لا تتعدى أكثر من ٤٪ في جميع حالات الخلل الجنسي.

إن ذلك التخاذل يمثل تثبيط المنعكس العصبي المسئول عن القذف، والذي يقع تحت سيطرة الدماغ والنخاع الشوكي والأعصاب الودية واللاودية والعصب الفرجي والأعضاء التناسلية وعضلات القضيب والبروستاتا والحويصلات المنوية.

ومن أهم مسبباته العوامل النفسية والتربوية والثقافية والعائلية والاجتماعية والعوامل العضوية والمرضية.

(١) الأسباب النفسية

١- التزمت المبني على الجهل مع اعتبار العملية الجنسية خطيئةً يجب نبذها.

٢- فقدان الجاذبية مع الزوجة ونفور الرجل من زوجته.

٣- ممارسة العادة السرية بطريقة شاذة.

٤- وجود صدمات نفسية سابقة أو تجارب جنسية فاشلة وجارحة كالخيانة الزوجية.

obeikandi.com

٥- الإصابة بمرض الزهري.

٦- الخوف من حدوث الحمل.

٧- بسبب عقدة نفسية عند الرجل، وهي الرغبة في السيطرة على كل الأمور، ومنها الجنسية وأهمها القذف.

(٢) الأسباب المرضية

١- رضخ النخاع الشوكي أو قطعه التام أو الجزئي في حوالي ٦٩٪ من تلك الحالات.

٢- نتيجة استئصال الغدد اللمفية خلف الصفاق بنسبة ٢١٪.

٣- مرض السكري أو بتر الأعصاب نتيجة إجراء عمليات جراحية في الحوض.

٤- استئصال كامل للبروستاتا.

٥- تصلب عصبي متعدد.

٦- شق أو قطع عنق المثانة.

في حوالي ٥٪ من تلك الحالات يكون السبب مجهولاً أو نتيجة تناول بعض العقاقير مضادات الاكتئاب ولأمراض نفسية أخرى.

العلاج:

إن علاج حالة انقطاع القذف أو تخاذله صعبة، ونجاحها معتدل في أغلب الحالات، وتتطلب التركيز على السبب إنْ كان نفسيًّا أو تطبيقيًّا أو عضويًّا، وتوجيه العلاج نحوه.

obeikandl.com

أهم الوسائل العلاجية:

١ - الأسباب النفسية:

الهدف الرئيسي يركز على مساعدة المريض على بلوغ قذف واعٍ مبني على الشعور الكامل باللذة الجنسية، فأي خوف من الفشل أو قلق ناتج عن الخشية من تسبب الحمل أو الإصابة بالأمراض يجب مناقشتها مع الطبيب المعالج قبل وأثناء العلاج، وفي مجال تثقيف الزوجين يجب التشديد على أهمية التركيز على الشعور باللذة فحسب وتجاهل القذف في جو مستريح بدون أي ضغط، ومن أهم عناصر العلاج شرح عناصر الشكوى، وتطورها بحضور الزوجة لفتح حوار حر وصادق يتيح لكلٍّ منهما الكشف عما يخفي من نوايا وآراء.

وبعد ذلك يباشر الزوجان متابعة طبية مرنة واضحة التفاصيل، ويُشجع الزوجان على نزع الخجل والتحرر من القيود السابقة التي كانت تحول دون تصارحهما في أمور الجنس؛ إذ إن هذه المصارحة تساعدهم على تعميق وعيهما لأسباب المشكلة، وبعد ذلك عليهما التعرف على وظائف جسديهما وتكوين أعضائهما، وفهم عملية القذف والانتصاب، وكل ما يؤثر فيهما، ثم يشجعان على التركيز أثناء الجماع على اللذة فحسب، ووضع حد لكلٍّ ما يسبب ضغطًا فكريًّا أو نفسيًّا عليهما، ويشدد على الرجل بأن يطرح جميع محاذيره، ويتحرر من عقدة الخوف من الفشل.

ويبدأ العلاج بالإثارة الجنسية بـدون أي ولـوج مـع السـعي إلى توفير الإثارة الجنسية لكلٍّ من الزوجين باللمس والمداعبة إلى أقصـى حدٍّ مع حدوث القذف خارج المهبل مرات متعددة، وبعد نجاح تلك المرحلة الأولى من العلاج، واستعادة الرجل ثقته وطاقتـه في القـذف خارج المهبل ينتقل الزوجان إلى المرحلة الثانية حيث يمارس الزوجان الإثارة الجنسية القصوى، وقبـل حصـول القـذف يـتم الإيـلاج مـع ضرورة الاستمرار بالإثارة إلى القذف، وقد نجحت هـذه الطريقـة في أكثر من ٨٠٪ من المرضى في بعض الدراسات.

٢- الأسباب العضوية:

من أهم الأسباب العضوية تناول بعض العقاقير ضد الاكتئـاب أو غيرها من الأمراض النفسية الـتي يجـب التوقـف عـن تناولهـا أو تبديلها بعقاقير أخرى لا تؤثر على القذف تحـت إشـراف أخصـائي الطب النفسي، ويشمل العلاج الدوائي لهذه الحالة استعمال الأدوية المحاكية الودي واللاودي، ومنهـا «ميلـودرين» الـذي أعطـى أفضـل النتائج بنسبة ٦١٪، و«أيميبرامين»، و«أفدرين»، وشـبيه «الأفـدرين»، و«فينيل بروبا نولامين» مع نجاح لا يتعدى ١٦٪ فحسب، ويمكـن في بعض تلك الحالات حقن عقار «فيسو ستفامين» اللاودي في العضل أو حول النخاع الشوكي بجرعة خفيفة لا تتعدى ٢مل مع نسبة نجاح تصل إلى ٥٦٪، ولكن مع احتمال حدوث مضاعفات خطيرة أهمهـا هبوط الضغط الدموي.

وقـد تمَّ حـديثًا اسـتعمال أدويـة مختلفـة كمضـاد الهسـتامين «برييـاكتين» مع نتائج أولية مشجعة.

وأما إذا ما فشل العلاج الدوائي وخصوصًا إذا ما أراد الزوجان الإنجاب فيمكن اسـتعمال الهـزاز علـى القضـيب أو إدخـال جهـاز رجاج خاص في المستقيم لحث القذف مع نتائج جيـدة، قـد تتعـدى ٥٠٪ في بعض تلك الحالات.

❊ ❊ ❊

obeikandl.com