الفصـــل الأول

علاج العجز والضعف الجنسى

obeikandl.com

obeikandl.com

تمهيد

الضعف الجنسى مشكلة كبرى ، يتوقف على حلها بأسلوب سليم مستقبل أسرة بأكملها .. سواء كانت هذه الأسرة قد تكونت أو فى سبيلها إلى التكوين .

وتتعدد أشكال الضعف الجنسى ، ونذكرها من فم المرضى أنفسهم .. فنجد أحدهم يشكو من انتصاب غير قوى بدرجة كافية وإن كان لا يمنع الإيلاج إلا أنه يقلل من متعته الشخصية .. ونجد آخر يشكو من انتصاب قوى يزول بمجرد الشروع فى الإيلاج .. وهذا ثالث يشكو من انتصاب سرعان ما يزول فى مرحلة الاستثارة ، ولا يستطيع رغم محاولاته العديدة والمتكررة .. كما نجد رجلاً آخر يشكو من الارتخاء أثناء الممارسة الفعلية أى بعد إيلاج القضيب داخل المهبل والقيام بالجماع للحظات قصيرة .. وأخيراً نجد من يشكو من انخفاض معدل الرغبة الجنسية وعدم التمكن من تحقيق أية درجة من درجات الانتصاب .

وتحت ظروف معينة ، يشكو كل الرجال من ضعف جنسى لمرات قليلة يعجزون فيها عن إكمال اللقاء الجنسى .. فنجد الرجل مثلاً يعجز عن تحقيق الانتصاب بسبب الإحباط الشديد أو الإجهاد فى العمل أو ما إلى ذلك من الأسباب التى تؤدى إلى إنهاك الإنسان نفسياً وعضوياً .

وقد تكون هذه الحالات العارضة بداية لحدوث الضعف الجنسى لأسباب نفسية حيث يشعر الرجل أنه وصل إلى المرحلة التى يعجز فيها عن تحقيق الانتصاب وممارسة الجنس وقتما شاء .

ويتم تقسيم أسباب الضعف الجنسى إلى ثلاثة أقسام .. أحدها يتعلق بالأسباب النفسية ، والآخر بالأسباب العضوية ، أما القسم الثالث فهو مزيج من القسمين السابقين .

الضعف الجنسى وأسبابه

أصعب نقطة فى التشخيص هى التأكد من أن الضعف الجنسى يرجع لأسباب نفسية فالنفس مجموعة متداخلة من الأحاسيس والانفعالات يسلم كل منها إلى الآخر فتلتقى فى نقاط كثيرة . ويجد الطبيب نفسه مع المريض وكأنهما فى منزل مهجور أو تيه طويل مظلم .. يتحسسان الطريق إلى النور .. فيرتادان سوياً آفاق المريض النفسية ويتبعان كل الخيوط إلى أن يصلا إلى الخيط أو مجموعة الخيوط التى تسببت فى هذه الحالة النفسية والتى كانت نتيجتها المباشرة حدوث قصور جنسى .

وهناك خطوط عريضة تجمع الأسباب النفسية التى تؤدى إلى حدوث ضعف جنسى :

خط عريض ينتهى عند المريض ذاته :

* قد يكون لقلة الثقافة الجنسية دور كبير فى حدوث الضعف الجنسى ، حيث يعتقد الرجل أنه ينتمى إلى الجنس الأقوى والإيجابى ، بينما تنتمى زوجته إلى الجنس الأضعف والسلبى ، ومع طلب الزوجة من زوجها القيام بالممارسة الجنسية ، أو اتخاذ أوضاع معينة أثناء الجماع ، يحدث نوع من النفور الجنسى (القرف) لدى الزوج كما يبدأ فى الشعور بأنه فقد الأرضية القوية التى يقف عليها ألا وهى أنه المسيطر جنسياً .

* وقد يرجع الضعف الجنسى إلى القلق الشديد والخوف من أن يكون حجم القضيب صغيراً .. وكذلك الخوف من عدم تمكنه من إشباع رغبات زوجته .. أو القلق من افتضاح أمره أو الطعن فى رجولته إذا ما عجز عن الإيلاج ، فتكون النتيجة الطبيعية لذلك هى الإحجام عن الممارسة الجنسية والانطواء داخل الذات ، مما يسلم فى النهاية إلى النتيجة الحتمية لهذا الأمر وهى حدوث الضعف الجنسى .

* وقد يشعر الرجل بالذنب نتيجة بعض النزوات التى اقترفها قبل الزواج .. فيتربى فيه شعور داخلى أن الله سيعاقبه ، وأن جزاءه سيكون من جنس عمله .. ويعتقد اعتقاداً يظل

ملازماً له وهو أن ساعة الحساب ستحين عندما يتزوج .. وهذا النوع عادة ما تبدأ مشاكله منذ الليلة الأولى للزواج .

* وقد ينتج عن الفشل فى حدوث الجماع مرة واحدة حدوث اضطراب وقلق شديدين . وعندما يحاول الرجل الإيلاج فى محاولة أخرى أو فى ليلة تالية ، يزداد معدل التوتر لديه وتصبح اللحظة التى يقترب فيها من فرج زوجته هى النقطة التى يتوقف فيها الزمن بالنسبة له .. ومع ارتفاع مستوى التوتر ، تنشط الغدة الكظرية مفرزة لمادة الأدرينالين .. وكما هو معروف فإن هذه المادة تُحدث انقباضاً فى الشرايين ، ومنها شرايين القضيب مما يؤدى إلى حدوث ارتخاء يزيد الطين بلة .

* ويؤدى الإحباط الذى ينتج عن فشل المحاولات المتكررة فى الجماع إلى دخول المريض فى دائرة مفرغة تسلمه من سيئ إلى أسوأ ، مما يكون له أثر بالغ على حالة المريض وتزداد هذه الفترة طولاً أو قصراً حسب المدة التى يقضيها المريض منفرداً بذاته قبل اللجوء إلى طبيب لإيجاد وسيلة للعلاج .

خط عريض ينتهى عند الزوجة :

لا يمكن إغفال نقطة أساسية وحقيقة جوهرية وهى أن الزوجة قد تكون السبب الرئيسى أو الوحيد فى وصول الزوج إلى حالة العجز الجنسى . فقلة حظ الزوجة من جمال النفس والبدن عادة ما يؤدى إلى حدوث نفور لدى الزوج مع محاولته الابتعاد عن أحد مصادر الإزعاج بالنسبة له ... وكذلك فإن سلبية الزوجة أثناء الجماع وتخليها عن دورها فى إثارة زوجها وإلهاب عواطفه ، تجعل الزوج فى حالة حرب دائمة يحاول فيها إزالة جبال الجليد التى تُغلف عواطف زوجته ، ولكنه يعود فى النهاية مغلوباً مدحوراً .. وقد تتسبب الزوجة فى حدوث الضعف الجنسى لدى زوجها عندما تُظهر امتعاضاً دائماً من الممارسة الجنسية . كما يؤدى خوف الزوجة وقبضها على العضلة الخارجية للمهبل بصورة تشنجية ، أو إظهارها للألم أثناء الإيلاج ، إلى تراجع الزوج لا إرادياً ..

وقد تسعى الزوجة إلى السيطرة على إدارة شئون المنزل ، فنجدها تسعى دائماً لافتعال شجار يعكر صفو زوجها ، فلا يفكر فى ممارسة الجنس مع المرأة التى تتعارك معه ليل نهار ... ومن ناحية أخرى قد تتخذ الزوجة من الجنس وسيلة للسيطرة على الزوج نفسه فتبث فى روعه أنه لم يعد كسابق عهده ، وأنه فقد جزأ كبيراً من رجولته ، وتشعره بالنقص .. فيحس أنه ضعيف جنسياً بالمقارنة بأقرانه من الرجال !!

* خط عريض ينتهى عند الأسرة :

الكلام لا ينتهى عن الدور الكبير الذى تلعبه الأسرة فى تكوين الفكر الجنسى لدى أولادها . ونشير هنا إلى أن التربية الصارمة المتشددة التى لا تترك للأولاد أية فرصة لاستقاء أى قدر من المعلومات الجنسية قبل الزواج ، تجعل المرء عند الزواج كمن عاش لسنوات طويلة فى الظلام فلم يعتد على استعمال عينيه .. وعندما خرج إلى النور لم يبصر شيئاً واحتاج لمن يأخذ بيده رغم أن النور يحيط به من كل مكان .

الضعف الجنسى لأسباب عضوية

تنقسم الأسباب العضوية التى تؤدى إلى حدوث الضعف الجنسى إلى أربعة أقسام تتعلق بوظائف الشرايين والأوردة والأعصاب ، وكذلك وظائف الغدد النخامية والجنسية .

أولاً : الضعف الجنسى لقصور فى وظائف الشرايين :

* أى سبب يؤدى إلى ضيق شرايين القضيب أو الشرايين التى تنبع منها ، يؤدى إلى حدوث ضعف فى الانتصاب نظراً لعدم تدفق الدم بالقدر الكافى لتمدد الجسم الكهفى للقضيب والضغط على الأوردة لمنع ارتجاع الدم إلى الدورة الدموية ثانية . ونذكر من هذه الأسباب :

تصلب الشرايين

مرض ضغط الدم المرتفع

زيادة نسبة الدهون فى الدم

مرض السكر

التدخين

* كما تؤدى أية إصابة مباشرة للشرايين والتى قد تحدث من جراء الحوادث العنيفة التى ينتج عنها كسر فى عظام الحوض ، إلى خلل فى وظائف شرايين القضيب .

* وفى بعض الحالات قد يوجد أحد العيوب الخلقية مثل وجود ناسور (قناة غير طبيعية) يصل الشريان بالوريد مباشرة . فبمجرد تدفق الدم فى الشريان ، يرتجع فى الوريد دون الوصول إلى جسم القضيب .

ثانياً : الضعف الجنسى لقصور فى وظائف الأوردة :

هناك خمسة أنواع من القصور فى وظائف الأوردة كلها تؤدى فى النهاية إلى سرعة ارتجاع الدم فى الأوردة وعدم بقائه لفترة كافية فى الجسم الكهفى مما يحول دون الانتصاب .

* النوع الأول يرجع إلى عيب خلقى ، حيث يوجد وريد يخرج مباشرة من الجسمالكهفى ، مما يؤدى إلى ارتجاع الدم مباشرة بمجرد تدفقه داخل الجسم الكهفى وفى هذا النوع يشكو المريض من أنه لم يجرب أى نوع من أنواع الانتصاب أبداً .

* أما النوع الثانى فيرجع إلى تمدد الأوعية الوريدية نظراً لضعف الغشاء الذى يحيط بالجسم الكهفى وخاصة مع تقدم العمر .

* أما السبب الثالث فيرجع إلى عدم قدرة العضلات الملساء على الانبساط التام مما يؤثر على كمية تدفق الدم داخل جسم القضيب وعدم تمكنها من الوصول إلى المستوى المناسب الذى يسمح بإغلاق الأوردة مما يعطيها فرصة إرجاع الدم ثانية داخل الدورة الدموية .

* أما السبب الرابع فيرجع إلى عدم تدفق الكميات المطلوبة من الموصلات العصبية التى تحدث استرخاء فى العضلات الملساء . ويحدث اضطراب فى التدفق مع وجود عجز جنسى لأسباب نفسية وعصبية وكذلك مع المدخنين بشراهة .

* أما السبب الخامس والأخير فيرجع لوجود توصيلة بين الجسم الكهفى والجسم الإسفنجى أو بين الجسم الكهفى والحشفة .

ثالثاً : الضعف الجنسى لقصور فى وظائف الأعصاب :

هل يمكن أن تدور السيارة بصورة طبيعية دون أن تستخدم المفتاح ؟ إن العصب بالنسبة للانتصاب هو بمثابة المفتاح للسيارة ـ الخطوة الأولى التى تسمح بالانطلاق . فبجرد التعرض لمصدر إثارة حسى كاللمس والمشاهدة ، أو معنوى كالألفاظ المثيرة والتنهدات ، يبدأ العصب فى إفراز الموصلات العصبية معلناً بداية الانطلاق فى الخطوات العملية لحدوث الانتصاب .

وتتعدد الأسباب التى تؤدى إلى إصابة العصـــب وعجزه عن الاضطلاع بوظائفه الحيوية :

* إصابة مباشرة للعصب نتيجة لحادث أو إجراء جراحة فى منطقة الحوض .

* إصابة الألياف العصبية الصغيرة ، نتيجة لوجود بعض الأمراض المزمنة مثل مرض السكر أو إدمان الكحوليات .

* وقد تنقطع الصلة بين أعصاب القضيب والمخ نتيجة لوجود إصابات أو أمراض بالعمود الفقرى .

رابعاً : الضعف الجنسى لوجود قصور فى وظائف الغدد النخامية والجنسية :

تكون النتيجة النهائية لحدوث أى اضطراب غددى له علاقة بالقدرة الجنسية هو انخفاض مستوى هرمون الذكورة ، وارتفاع مستوى هرمون الأنوثة فى الدم مما يؤثر تأثيراً

مباشراً على معدلات الرغبة الجنسية وكذلك على نسيج الجسم الكهفى نفسه والذى يتأثر بانخفاض مستوى هرمون الذكورة فى الدم فيفقد شدته وجزءاً من قدرته على التمدد الكامل .

الضعف الجنسى لأسباب نفسية وعضوية :

عادة ما تؤدى بعض الأمراض العضوية التى تصيب الأعضاء التناسلية أو أى عضو آخر فى الجسم ، إلى إصابة الشخص بحالة نفسية سيئة تؤثر سلباً على رغبته وقدرته على الاستمتاع بالجنس . ونسوق بعضاً منها على سبيل المثال لا الحصر :

*وجود قرحة أو التهاب فى جسم القضيب يؤدى إلى رد فعل سلبى يحول دون الانتصاب خوفاً من الألم .

* الخوف من الموت أثناء ممارسة العملية الجنسية وخاصة بالنسبة لمن أجروا عمليات جراحية بالقلب مما يقلص كثيراً رغبتهم فى الجماع .

* الإحباط الشديد الناتج عن الإصابة بمرض عضال يحول دون استمتاع الشخص بحياته الطبيعية مثل الفشل الكلوى أو أحد الأورام الخبيثة إلخ .

* قلة الاعتداد بالنفس واهتزاز صورة الشخص أمام ذاته عقب إجراء عملية جراحية يفقد بعدها أحد أطرافه مثلاً .

وهكذا نرى دائماً أن الفشل العضوى يسبق الدخول فى الحالة النفسية السيئة والتى تضاعف من مشكلة الضعف الجنسى .

تقييم حالة الضعف الجنسى :

مثلما قسمنا أسباب الضعف الجنسى لأسباب نفسية وأخرى عضوية ، سنقسم التقييم إلى قسمين لتقييم الكفاءة النفسية والكفاءة العضوية للمريض.

أولاً : التقييم النفسى للمريض :

تُعتبر النفس المحرك الداخلى لكل العواطف والانفعالات .. ويُعتبر اعتدال مزاجها

مؤشراً لسلامة الأحاسيس والمشاعر .. فلا تتوقع من شخص محبط أن تكون استجابته سليمة للأحداث من حوله ... ولا تتوقع من شخص فاقد للثقة فى نفسه أن يجتاز حاجزاً يستطيع أى طفل اجتيازه بسهولة ويسر ، فالحالة النفسية لها تأثير قوى على كافة أعضاء الجسم ، ومن هنا كانت أهمية تقييم الحالة النفسية للمريض الذى يشكو من الضعف الجنسى .

ولوجود الزوجة كما أسلفنا دور كبير فى تقييم حالة المريض وكذلك تقرير الأسلوب الأسلوب الأمثل للعلاج .

فسلوك الزوجة وحوارها مع الطبيب يحدد إلى حد بعيد ما إذا كانت إحدى الأسباب المؤدية لهذه الحالة ، أو على العكس يمكن الاعتماد عليها فى اختصار خطوات كثيرة من العلاج .

فتجد إحداهن تجلس بجوار زوجها تربت على كتفه من حين لآخر ، تشجعه بكلمات طيبة وتخبره أن هذا الأمر لا يزعجها البتة ، وأن كل إنسان يمر بفترات من المرض ، ولا يعنى مرضه نهاية حياته فطالما وجد الطبيب يظل الأمل فى الشفاء قائماً بأمر الله ، ومثال هذه النوعية من الزوجات لايسعنى إلا الانحناء تقديراً لها واحتراماً لحرصها على كيان أسرتها .

وتجد أخرى تدخل العيادة وهى تسبق زوجها الذى يدخل خلفها مطأطئ الرأس تعلوا وجهه بلادة لأسباب معروفة بالطبع ، تجدها تجلس فى عصبية ، وتقاطع زوجها دائماً وهو يصف حالته ، وتتهمه بأنه السبب فى إفساد متعتها وقد يصل الأمر إلى أن تهدده بطلب الطلاق ما لم يستجب للعلاج ، ويجب أن يكون الطبيب حازماً مع هذه النوعية من الزوجات والتى تكون فى الغالب السبب فى وصول زوجها لهذه الحالة .

ومع نصحنا الدائم بضرورة وجود الزوجة إلا أنه لامانع أن يتقدم الزوج أولاً لشرح حالته إذا كان ذلك يرضيه ، وإذا كانت هناك أسرار لا يحب البوح بها أمام زوجته ، ثم تدخل الزوجة ويبادلها الطبيب الحديث (فى وجود الزوج بالطبع) باعتبار أن المشكلة مشتركة بين الاثنين وحلها فى أيديهما دون غيرهما .

تحذير هام :

اختبار القدرة الجنسية بواسطة ارتكاب فاحشة كبيرة مثل الزنا لايعتبر أمراً هيناً نمر عليه مرور الكرام ، أو نلقى عليه النصح العابر ونمضى لحال سبيلنا .. فكم الأمراض التناسلية التى تصيب الشباب فى الآونه الأخيرة أصبح كبيرا لدرجة شبه وبائية تجعل من الضرورى على الأطباء تنبيه الشباب إلى عواقب العبث والمجون ، وعدا ما يصيب الأعضاء التناسلية من عجز عن الإنجاب وضعف فى الانتصاب من جراء تكرار الإصابة بالأمراض التناسلية فهناك عذاب أكبر ينتظر الزناة فى يوم يجعل الوالدان شيباً من هوله وشدته ، عافانا الله وإياكم .

وهل يبدأ الشاب حياته الزوجية بارتكاب المعصية لمجرد التأكد من سلامته ؟ وماذا لو كانت فتاة الهوى التى يشاركها الفراش مصابة بأحد الأمراض التناسلية (وما أكثرها فى هذا الصنف من النساء) وماذا يكون الحال لو نقل الزوج إلى زوجته مثل هذه الأمراض البشعة التى لاتوجد إلا فى فئة الزناة ومن يخالطهم ؟

لقد شاهدت بنفسى حالة طلاق فى العيادة عندما حضرت إلىَّ زوجة تشكو من إفرازات كثيرة من المهبل وفتحة مجرى البول ... فشككت فى الأمر وأرسلت عينة إلى المعمل للتأكد من وجود البكتيريا المسببة للسيلان .. وكانت النتيجة إيجابية !! وأخطأ طبيب المعمل وأخبر السيدة بنوع الميكروب ... وعندما حضرا إلى فى العيادة أنفتت السيدة إلى زوجها وسألته وهى تعض على شفتيها : « هل لك علاقات خارج المنزل ؟ » فعلا وجهه الحمرة والارتباك وطلب منها عدم الخوض فى هذا الأمر لحين العودة للمنزل ولكنها لم تعطه الفرصة وأصرت على الطلاق فى نفس الليلة .. وخرجا من العيادة ولم أرهما منذ ذلك الحين .

فالحذر الحذر أيها الشباب ، ولا تلبسوا الحق بالباطل ولا تُلقوا على الفاحشة بثياب النوايا الطيبة .

ثانيًا :التقييم العضوى للمريض :

فى هذه المرحلة يتم تقييم مستوى كفاءة الغدد والأعصاب وكذلك الأوعية الدموية التى تشمل الشرايين والأوردة على السواء .

أ ـ تقييم حالة الغدد :

ما تزال العلاقة بين الغدد الصماء وما تفرزه من هرمونات وبين الكفاءة الجنسية غامضة حتى هذه اللحظة ، فقد كانت أصابع الاتهام تشير فيما مضى إلى أن اضطراب مستوى الهرمونات التى تفرزها الغدد الصماء ـ كالبنكرياس ـ الغدة الدرقية ـ الخصيتين ـ هو السبب فى حدوث الضعف الجنسى ، ولكن لايوجد حتى الآن ما يؤكد أن علاج اضطراب الهرمونات يؤدى إلى استعادة المريض لكفاءته الجنسية ، وهناك من ذهب إلى أبعد من ذلك فقد ثبت أن الخصاء سواء كان باستخدام العقاقير أو بالتدخل الجراحى لايؤدى بالضرورة إلى فقدان الشخص لكفاءته الجنسية ، وإنما قد يؤثر فى معدلات الرغبة ومستوى الاستثارة ، كما أن زيادة هرمونات الذكورة فى الدم لايؤدى بالضرورة إلى زيادة الكفاءة الجنسية ، وهناك دراسات جادة أجريت فى الولايات المتحدة الأمريكية تُشكك فى استعادة مرضى الضعف الجنسى والذين يعانون من نقص فى إفرازات الخصيتين لهرمون الذكورة لكفائتهم إذا ما عولجوا باستخدام المركبات الأندروجينية ، ولكن هذه الدراسة وجدت من يعارضها بشدة ويشكك فى نتائجها ، وعلى ذلك لم تكتمل بعد الصورة النهائية لعلاقة الهرمونات بالضعف الجنسى .

أما بالنسبة لبقية الهرمونات فلم يتم حتى الآن معرفة حجم وعمق علاقتها بالكفاءة الجنسية ، وعليه فلا ننصح إلا بإجراء اختبار وحيد لقياس مستوى التستوستيرون الحر فى الدم ، وإذا ما أعطى التحليل نتائج منخفضة يجرى بعد ذلك اختبار لقياس مستوى هرمونات الغدة النخامية المتعلقة بالحالة الجنسية ، أما فى حالة ظهور نسبة مرتفعة من هرمون الذكورة فى التحليل ، فيجب إجراء اختبار لقياس نسبة الثيروكسين الذى تفرزه الغدة الدرقية والذى قد يرجع إليه السبب فى ارتفاع مستوى التستوستيرون فى الدم ، ولا تمثل هذه التحليلات مشكلة بالنسبة للمريض حيث تؤخذ منه عينة صغيرة من الدم لإجراء التحليل.

ب ـ تقييم كفاءة الجهاز العصبى :

تلعب شبكة الأعصاب التى تغـذى القضيب ، وكذلـك المراكز الموجـودة فى المـخ (والتى تحلل النبضات العصبية الصادرة من القضيب ثم تعيد بثها إلى العضلات الملساء فى الجسم الكهفى وجدران الأوردة والشرايين) دوراً كبيراً فى حدوث الانتصاب ، وتعتمد الأجهزة التى تقيس كفاءة الأعصاب على تسجيل معدلات استجابة العضلات الملساء لمختلف درجات الإثارة أو التنبيه العصبى ، وأحدث هذه الفحوصات هو قياس معدلات استجابة العضلات الملساء فى الجسم الكهفى ذاته عن طريق غرس إبرة كهربية فى جسم القضيب المرتخى ثم قياس درجة النشاط الكهربى والذى يقل كلما اقترب القضيب من تمام الانتصاب ، ويزيد كلما اقترب القضيب من الحالة المرتخية (هذه هى الصورة الطبيعية) وبناءاً على معرفة درجات الإستجابة الطبيعية يمكن تقييم الحالات المرضية وهناك طريقة أخرى غير مباشرة يمكن عن طريقها الاقتراب من تشخيص حالات الضعف الجنسى والتى ترجع لقصور وظائف الأعصاب ، ويتم ذلك بحقن جرعة ضئيلة جداً من دواء خاص فى الجسم الكهفى يحدث بعدها انتصاب يدوم لساعات طويلة .

جـ ـ تقييم حالة الشرايين :

شهدت السنوات العشر الأخيرة طفرة كبيرة فى فهم الديناميكية الدموية التى تسبب الانتصاب ، كما شهدت تطوراً كبيراً فى وسائل تشخيص وعلاج الضعف الجنسى .

ولعل أهم وأيسر طريقة نبدأ بها مرحلة تشخيص القصور الشريانى هو الحقن الموضعية حيث يتم حقن إما عشرة ميكروجرام من مادة البروستاجلاندين أو ٨مجم من مادة البابافرين داخل الجسم الكهفى للقضيب (يرى بعض الأطباء ضرورة إعطاء جرعة أكبر من ٨مجم ، ولكننا رأينا من واقع خبرتنا أن هذه الجرعة كافية لإحداث انتصاب قوى فى الحالات الطبيعية التى لا تشكو من أى قصور جنسى) ، وكلتا المادتين تسببان استرخاءاً فى العضلات الملساء المحيطة بالشرايين مما يساعد على تمددها وزيادة معدل ضخ الدم داخل جسم القضيب ، وعندما يكبر حجم القضيب قليلاً يتم قياس ضغط الدم داخل

شرايين القضيب باستخدام جهاز « دوبلر » ثم نقارن بينه وبين ضغط الدم فى الجسم كله والذى يقاس بجهاز الضغط العادى الذى يُلف حول ذراع المريض ، فإذا كان الفرق بين الاثنين أكثر من ٢٠مم زئبق لصالح ضغط الدم العام ، يعطى ذلك مؤشراً بمدئياً لوجود قصور فى وظيفة الشرايين .

ولإمكانية الحصول على نتائج مضللة من الحقن الموضعية فى حالة حدوث توتر لأعصاب المريض لايجب الاكتفاء بجلسة واحدة فى هذه الحالات ، وإنما نكرر المحاولة فى جلسة أخرى مع استعمال جرعة أكبر من الدواء ، ففى حالة التوتر الشديد يزيد إفراز الغدة الكظرية من مادة الأدرينالين التى لها تأثير معاكس على العضلات الملساء حيث تُحدث انقباضا بها مما يؤدى إلى تقليل معدل تدفق الدم داخل الشرايين .

وفى حالة حدوث انتصاب خلال ١٢ دقيقة من الحقن الموضعى مع دوام ذلك الانتصاب لمدة ٣٠ دقيقة ، ينفى ذلك بكل تأكيد أية أسباب عضوية لحدوث الضعف الجنسى مع توجيه الانتباه لاحتمالات وجود أسباب نفسية لتلك الحالة .

أما فى حالة عدم التمكن من التفرقة بين الأسباب النفسية والعضوية نلجأ إلى استخدام جهاز « الريجيسكان » وتقوم فكرة الجهاز على قياس الانتصاب الطبيعى الذى يحدث أثناء النوم على فترات متقطعة ومتكررة ، هذا النوع من الانتصاب والذى يعرف بالتورم القضيبى الليلى يحدث بصورة طبيعية للمريض الذى يشكو من الضعف الجنسى لأسباب نفسية حيث تنقطع صلته بالعالم الخارجى وكل مصادر القلق والألم فيه بمجرد دخوله فى سبات عميق ، أما بالنسبة لحالات الضعف الجنسى لأسباب عضوية فلا يتحقق الانتصاب بصورة كافية ، وإذا تحقق فهو لايدوم طويلاً .

والجهاز عبارة عن حلقتان تلتفان حول جسم القضيب إحداهما على قاعدته والأخرى على قمته (تحت الحشفة مباشرة) هاتان الحلقتان متصلتان بجهاز كمبيوتر يوضع فى جراب يلف حول فخذ المريض الذى ينام بالجهاز لمدة ثلاثة أيام متتالية فى المستشفى أو فى المنزل ، وكل صباح يُحل الجهاز من على القضيب ويمارس المريض

حياته بصورة طبيعية ، وبعد انقضاء المدة المحددة يتم تحليل النتائج وبناء على صور معينة تظهر على ورقة تخرج من الكمبيوتر يتم التفرقة بين الأسباب النفسية والعضوية .

وفى حالة التأكد من أن السبب عضوى ، يُجرى المريض اختباراً بواسطة جهاز « دوبلكس » والذى يرصد مقدار تمدد شرايين القضيب وسرعة تدفق الدم بها بعد حقن مادة البروستاجلاندين البابافرين ، فإذا كانت السرعة فى شريانى القضيب أقل من ٢٠ سم/ث ، يرجع السبب فى الضعف الجنسى إلى قصور فى وظائف الشرايين ، أما إذا كان تمدد الشرايين سليماً ولكن تدفق الدم ضعيف يشخص ذلك حدوث ضيق أو انسداد فى مكان ما من مسار الشريان يستلزم إجراء أشعة بالصبغة لشرايين القضيب ، بداية من منبعها فى البطن حتى نتمكن من تحديد مكان الانسداد أو الضيق والتعامل معه ، أما إذا كانت سرعة الدم فى الشرايين أكثر من ٢٥ سم/ث ، فإن ذلك يُرجح حدوث ارتجاع فى أوردة القضيب .

د ـ تقييم حالة الأوردة :

عادة ما يستنتج الطبيب ذو الخبرة الواسعة هذا النوع من القصور بمجرد سماع شكوى المريض ، حيث يشكو دائماً من ضعف فى قوة الانتصاب من البداية ، أو حدوث انتصاب قوى يسمح بالإيلاج فى بداية الأمر ، وبعد ذلك يحدث ارتخاء والقضيب داخل المهبل مما يدل على أن تدفق الدم داخل الشرايين يتم بصورة سليمة ثم يحدث تسرب للدم فى الأوردة مما يؤدى إلى حدوث ارتخاء بعد الانتصاب .

ولكن بطبيعة الحال يجب استكمال الفحوص للوقوف بصورة أكيدة على طبيعة القصور الوريدى إذا ما تم حصر سبب الضعف الجنسى فيه .

وهناك اختباران نستطيع من خلالهما الوقوف على درجة التسريب الوريدى :

الاختبار الأول : يقيس مدى إمكانية احتفاظ القضيب بالدم داخله ، حيث يتم حقن مادة البابافرين أو البروستاجلاندين داخل جسم القضيب ، ثم يتم حقن كمية من محلول ملحى حتى يصل القضيب إلى درجة الانتصاب الكامل ، بعد ذلك يتم حساب كمية

المحلول اللازم حقنها للحفاظ على القضيب فى حالة الانتصاب .

أما الاختبار الآخر ، فيتم فيه حقن صبغة داخل القضيب مع أخذ صورة بالأشعة للوقوف على حجم التسريب ومعرفة الأوردة التى يرتجع الدم من خلالها .

ولا يجوز الخوض فى العلاج الجنسى إذا كان المريض يعانى من أسباب عضوية للقصور الجنسى ، أو مع وجود خلافات زوجية عنيفة، أو إدمان أحد الطرفين للمخدرات أو الكحوليات أو عدم رغبة المريض فى اتباع هذا الأسلوب من العلاج .

العلاج الجنسى

الزيارة الأولى :

فى حالة عدم وجود ما يمنع من بدء العلاج ، يجتمع الطبيب بالزوجين ويخبرهما بسبب حدوث القصور الجنسى ، وتعلو أسهم الطبيب لدى المريض عندما يشخص المرض بدقة قد تدهش الزوجين ، ولا يتأتى ذلك للطبيب بطبيعة الحال إلا بالخبرة الطويلة والتصدى لعلاج عدد كبير من الحالات ، ولا يهم مَن من الزوجين هو السبب أو من هو الذى يعانى ، فكلاهما سيكون له دور فعال فى علاج المشكلة ، وبعد الشرح والتحليل يعطى الطبيب للزوجين ما يشبه الواجب المدرسى ليؤدياه فى المنزل ، ويجب على الزوجين أن يلتزما بأوامر الطبيب ولا يقصران أو يزيدان ، وفى الزيارة التالية تتم مراجعة هذا الواجب المدرسى وتصحيح ما به من أخطاء قبل الانتقال إلى أهداف الزيارة التالية .

الزيارة التالية :

تكون لدى الطبيب صورة واضحة للأهداف التى يجب استخلاصها من تلك الزيارة وهى إلقاء بعض الضوء على الثقافة الجنسية ، وعلاج نمط الحياة الزوجية ، والتخلص من الآثار السلبية للعلاج الجنسى والتى قد تنشأ عقب الزيارة الأولى .

ويعتمد كل ذلك على مدى استجابة الزوجين واجتيازهما بنجاح لأهداف الزيارة

الأولى ، وفى نهاية الزيارة يتم إعطائهما الواجب المنزلى الثانى .

وفى هذه الزيارة يتم كما ذكرنا إلقاء بعض الضوء على الثقافة الجنسية ـ والتى عادة ما تكون غير كاملة لدى الزوجين ـ وكذلك تصحيح بعض المعتقدات الخاطئة وهى :

* إن الرجال مستعدون دائما لممارسة الجنس فى أى وقت .
* إن النساء أقل اهتماما بالأمور الجنسية من الرجال .
* إن الرجل يجب أن يبادئ زوجته بطلب حق الفراش .
* إن المرأة التى تطلب من زوجها ممارسة الجنس سيئة الخلق .
* إن الممارسة الجنسية تعنى الإيلاج ولاشئ غير ذلك .
* أن القضيب ذا الحجم الكبير ضرورة لإشباع الحاجة الجنسية لدى الأنثى .
* أن القدرة على الانتصاب تقل مع قلة الممارسة الجنسية .
* أن النساء كلهن يتشابهن وعلى ذلك تكون الممارسة الجنسية معهن جميعاً بنفس الطريقة .

وبعد تصحيح بعض المفاهيم غير الصحيحة يتم إلقاء شرح مبسط عن الوظيفة التشريحية والفسيولوجية للأعضاء التناسلية لدى الجنسين ، وبعد ذلك يتم شرح المراحل الأربعة للاستجابة الجنسية ، وأهمية كل مرحلة وظروفها والأضرار التى تنتج عن تخطيها .

ولا تسير الأمور بالضرورة سيراً طبيعياً فقد تعترض مسيرة العلاج بعض المشكلات أو ما يعرف بالآثار السلبية للعلاج الجنسى ، فقد يفشل الزوجان فى ما يطلب منهما إتمامه بالمنزل ، أو يذكران أنهما لا يشعران بأى تحسن ، وفى بعض الأحيان يخالف الزوجان أوامر الطبيب ويتعجلان الخوض فى الممارسة الفعلية قبل إتمام العلاج ، وفى حالات غير قليلة يرفض الزوجان أو إحدهما إتمام هذا النوع من العلاج ، وقد ترجع أسباب الفشل فى الحصول على نتيجة إيجابية إلى مخاوف الطرفين أو استغرابهما للطريقة المستخدمة ، أو الاعتقاد بأن العلاج كان سيستغرق وقتا أقل ، أو خوف الزوجة من حدوث حمل أو بعض الأسباب الدفينة كالخلافات الزوجية العنيفة التى يتعمد الزوجان إخفاءها عن الطبيب .

طبيعة الواجبات المنزلية فى العلاج الجنسى

أ ـ الامتناع عن الجماع :

عادة ما يُطلب من الزوجين عدم إتمام اللقاء الجنسى (الإيلاج) فى المرحلة الأولى من العلاج الجنسى ، وذلك لخفض مستوى التوتر الذى تسببه محاولات الإيلاج .

ب ـ التجرد من الملابس :

يمثل هذا الإجراء مرحلة أساسية تساهم فى تعرف كلا الزوجين على أماكن الاستثارة الحسية فى جسد الطرف الآخر ، أما رفض أحد الطرفين للتجرد الكامل من الملابس ، فربما يعكس نفوراً داخليا من الطرف الآخر ، أو شعوراً عاماً بالتقزز من العملية الجنسية ، أو الخوف من إظهار بعض العيوب الجسمانية أو مجرد حياء شديد .

جـ ـ الإضاءة :

يجب أن تكون الإضاءة قوية حتى يتمكن كل طرف من رؤية رد الفعل على وجه الطرف الآخر ، أما رفض ذلك الأمر فقد يرجع لنفس الأسباب المذكورة آنفاً .

د ـ اللجوء إلى أوضاع جديدة أثناء الجماع :

عندما يُسمح للزوجين بممارسة الجماع ، يفضل اللجوء إلى اتخاذ أوضاع جديدة مخالفة لتلك التى كان يلجأ إليها الزوجان قبل استشارة الطبيب ، وفضلاً عن الإثارة التى تنبع عن اتخاذ أوضاع جديدة فبعض هذه الأوضاع لها فوائد خاصة ، فالوضع العلوى للأنثى تفيد فى علاج بعض الحالات التى تفقد انتصابها سريعا أو تعانى من سرعة القذف ويفيد ذلك الوضع أيضاً فى علاج بعض الزوجات اللائى يعانين من انخفاض معدلات الاستثارة الجنسية لديهن ، فيسمح لهن ذلك الوضع باتخاذ زمام المبادرة والتحكم حتى يصلن إلى المستوى الذى يردنه من الإثارة ، وكذلك فإن هذا الوضع يترك يدى الرجل

حرة لتدليك ثدى الزوجة وزيادة إثارتها .

أما الوضع الجانبى فهو يساعد فى حالات القذف السريع وإمكانية رفع مستوى إثارة الأنثى عن طريق الاحتكاك المباشر للبظر بواسطة الزوج أو بواسطة الزوجة نفسها حتى تصل إلى مستوى الإثارة المطلوب .

هـ - مداعبة أماكن الاستثارة فى الجسد غير الأعضاء التناسلية :

فى هذا التدريب تتم مداعبة سطح الجلد فى جسد الأنثى فيما عدا الثدى والأعضاء التناسلية ، وكل مكان فى جسد الزوج فيما عدا الأعضاء التناسلية ، وليس هناك قواعد تحد زمان ومكان هذه المداعبات ، بل يكون الزوجان على سجيتهما ولا مانع من إتباع المداعبة بالإنزال لخفض مستوى التوتر .

و - مداعبة أماكن الاستثارة فى الجسد بأكمله بما فى ذلك الأعضاء التناسلية :

فى هذه المرحلة تتم مداعبة الجسد بأكمله بما فى ذلك الأعضاء التناسلية عند الزوجين والثدى عند الزوجة ، ولكن بدون إيلاج (القضيب أو حتى الأصابع) ، ويدل النجاح فى هذه المرحلة على قرب الشفاء .

ز - احتواء القضيب داخل المهبل ولكن بدون حركة :

يعتمد هذا التمرين على إيلاج القضيب داخل المهبل ، ثم تقوم الزوجة بإحداث انقباضات منتظمة فى عضلات الثلث الخارجى للمهبل ، ولا يجب الوصول إلى مرحلة الذروة والقضيب داخل المهبل ، ويستمر وجود القضيب داخل المهبل لثوان أو لدقائق معدودات يشرع بعدها الزوجان فى المداعبة الجسدية ثم يتم الإيلاج بعد ذلك مرتين أو ثلاثة .

حـ - احتواء القضيب داخل المهبل مع الحركة :

فى الجلسات الأولى من هذه المرحلة تتولى الزوجة مهمة الحركة ومع تقدم العلاج يستعيد الزوج وضعه الطبيعى مع إعلان نهاية العلاج بنجاح .

علاج الحالات التى يعجز فيها الزوج عن الإيلاج لأسباب نفسية :

تتم المداعبة بين الزوجين إلى أن يتحقق الانتصاب دون إيلاج ، وينتظر الزوجان حتى يعود القضيب إلى حالته المرتخية ثم يستأنفان المداعبة ، وهكذا إلى أن يطمئن الزوج إلى أن القضيب يحتاج لفترة طويلة حتى يفقد قوة انتصابه .

علاج الحالات التى تعانى من ضعف قوة الإنتصاب :

يتم إدخال القضيب داخل المهبل دون الوصول إلى انتصاب قوى وتكون المرأة فى الوضع الأعلى ، ومع تكرار الانقباضات المهبلية ، تزداد قوة الانتصاب وتفيد هذه الطريقة فى إقناع الزوجين بأن قوة الانتصاب ليست شرطاً فى الإيلاج .

* * *

obeikandl.com

القذف السريع :

اختلف الباحثون فى إيجاد تعريف للقذف السريع أو المبكر ، فذهب بعضهم إلى أنه يعنى عدم الوصول برفيقة الفراش إلى نقطة الذروة ، بينما وصفه البعض الآخر بأنه عدم القدرة على التحكم فى ساعة القذف ، وقالت فئة ثالثة بأنه عدم القدرة على الاستمرار فى الإيلاج لمدة خمس دقائق متصلة ... وأياً ما كان تعريف القذف السريع ، فإن النتيجة واحدة ، وهى عدم الاستمتاع بالمعاشرة الجنسية بصورة كاملة .

والقذف السريع شكوى شبه عامة بين الشبان خلال سنوات الزواج الأولى حيث يفتقرون للخبرة الكافية ، وتقل هذه الشكوى بتقدم العمر نظراً لاكتساب الخبرة الكافية لتأخير الوصول لنقطة الذروة حتى تصل الزوجة إلى ذروتها .

وتنقسم الأسباب التى تؤدى إلى القذف السريع إلى قسمين كبيرين ، أحدهما عضوى والآخر نفسى :

الأسباب العضوية :

* التهاب مجرى البول .
* التهاب البروستاتا .
* التضخم الحميد للبروستاتا .
* الضغط العصبى .
* الإجهاد .

الأسباب النفسية :

* قلة الثقافة الجنسية .
* ممارسة الجنس تحت ظروف غير مناسبة (مثلاً أثناء وجود حماتك فى الغرفة المجاورة ، أو نوم أحد الأطفال معكم فى الغرفة) .

* الخلافات الزوجية العنيفة .

* إحساس الزوجة بالألم عند الجماع .

العلاج :

يحتاج العلاج إلى بحث عميق وفحص دقيق ، للوقوف على السبب خاصة إذا كان يرجع لعوامل نفسية ، ويجب التفرقة كذلك بين الانتصاب الضعيف والقذف السريع فحدوث القذف السريع بسبب ضعف الانتصاب يدرج المريض فى قائمة الضعف الجنسى .

وهناك عقاقير كثيرة لعلاج القذف السريع مثل الأذرية المضادة للاكتئاب ، والمراهم الموضعية قبل الجماع بنصف ساعة حتى يقل إحساس المريض بالمثيرات الجنسية .

ويمكن اللجوء إلى العلاج الجنسى كوسيلة للعلاج ، ولكن هذه الطريقة تستلزم نوعية معينة من المرضى على قدر عال من الوعى والثقافة .

وفى هذه الطريقة يتم تدريب الرجل على الوصول إلى مرحلة ما قبل الذروة ، ثم الهدوء تدريجياً ، ثم استعادة درجة الإثارة إلى ما قبل الذروة ، وهكذا إلى أن تطول فترات الانتصاب قبل القذف .

وهناك طريقة أخرى يتم فيها الضغط على رأس القضيب عند الشعور بالرغبة فى القذف .

وبصفة شخصية ـ ويؤيدنى فى هذا عدد لابأس به من الأطباء والباحثين ـ أرى أن الحقن الموضعية بجرعات مناسبة تسمح بالانتصاب لمدة ساعة على سبيل المثال ، هى أفضل الحلول حتى يتخلص الطرفان سريعاً من التوتر والقلق ، ويستعيد الزوج ثقته بنفسه حين يجد أن القضيب يستمر فى انتصابه بعد القذف وبالتالى لاداعى للقلق ، فالجماع سيتم بصورة مقبولة حتى بعد القذف ، ولن يعود القضيب لحالته المرتخية إلا بعد انتهاء مفعول الدواء ، كما أن مخاوف الزوجة من عدم استمتاعها بالمعاشرة الزوجية وحدوث

آلام فى الحوض كنتيجة طبيعية لعدم الوصول للذروة ستتبدد سريعاً ..

وأعتقد أن هذا هو المطلوب .

زيادة الرغبة الجنسية عند الرجال :

عادة لاتعتبر زيادة الرغبة الجنسية مرضاً يشكو منه الرجال ، وإنما العكس هو الصحيح وتتمثل زيادة الرغبة الجنسية فى زيادة الاهتمام والانشغال بالخيالات الجنسية ، مع ارتفاع معدلات الاستثارة والاستجابة السريعة لأية مثيرات جنسية ، وكذلك زيادة كبيرة فى عدد مرات ممارسة الجنس .

وتتعدد الأسباب التى تؤدى إلى زيادة الرغبة الجنسية ، ونذكر منها :

* التهابات وأورام الفص الجانبى للمخ .

* التهابات البروستاتا ومجرى البول .

* الإفراط فى استخدام بعض المركبات الكيمياوية المهيجة للأعصاب مثل الامفيتامين وهرمون الذكورة .

* بعض الاضطرابات النفسية مثل الفصام والذهان .

حـــذار مـــن
المخدرات والمنشطات وأوهام القوة الجنسية

١ ـ الكحول :

الكحول ليس منشطاً جنسياً ولكنه على العكس مثبط جنسى !! .. وتؤدى الكميات الكبيرة منه إلى تثبيط الجهاز العصبى وإضعاف القدرة الجنسية تماماً .

أما بالنسبة للسيدات اللائى يدمن الكحوليات ، فإنهن يعانين من اضطرابات فى الدورة الشهرية ، وصغر فى حجم الثديين ، مع ضمور فى المبيضين ، وحدوث عقم فى نهاية المطاف .

٢ ـ الحشيش :

يؤدى الإفراط فى تناول الحشيش إلى إضعاف الشهوة الجنسية مع ضعف جنسى لا يمكن التخلص منه إلا بعد مدة من الإقلاع عنه .

٣ ـ الذُرّاع :

عقار فى منتهى الخطورة وأدى إلى حدوث وفيات كثيرة ، يسبب العقار هيجانا فى الأغشية المخاطية المبطنة لمجرى البول مما يؤدى إلى حدوث انتصاب لاإرادى ، وعادة ما يكون الانتصاب قوياً لدرجة مؤلمة تحول دون الاستمتاع بالممارسة ، وقد يظل الانتصاب لساعات طويلة تستلزم تدخلاً جراحيا من قبل الطبيب .

٤ ـ الكوكايين :

يؤدى استخدامه إلى أسوء النتائج البدنية والعصبية ، كما يؤدى فى النهاية إلى فقدان الاهتمام بالجنس ، وكذلك الضعف الجنسى .

٥ ـ الهيروين :

هو أخطر الأنواع المخدرة كافة .. ويؤدى إلى نتائج مدمرة وإلى نكسة فى الناحية الجنسية .

٦ ـ عقاقير الهلوسة :

ليس لها أية تأثيرات منشطة للجنس ، وقد أوردت بعض الدراسات على لسان معظم المستخدمين لهذه العقاقير أنهم يعانون من ضعف فى الرغبة وكذلك فى القدرة الجنسية نفسها .

٧ ـ نبات الجنسنج :

المركب المستخلص من هذا النبات ، والذى يوجد فى أدوية كثيرة ظهرت فى الأسواق مؤخراً ، ثبت أنه لا يندرج تحت ما يعرف بالمنبهات الجنسية ، وأن تأثيره يعتمد على الإيحاء أو الإحساس الكاذب .

وقد يعزى تأثيره الجنسى إلى حالة الجسم العامة حيث يقلل العقار من الإحساس بالتعب ، ويزيد كذلك من تدفق الدم إلى مراكز المخ المختلفة .

وقد أوردت مجلة « لانست » الطبية الشهيرة ، بحثاً وافياً تبين من خلاله أن استخدام كميات كبيرة من هذا المركب له نفس تأثير هرمون الأنوثة مما يعد أمراً خطيراً بالنسبة للرجال إذا أفرطوا فى استخدامه .

كلمة أخيرة

بغض النظر عن علاقة المخدرات بالجنس ، فإن استخدامها حرام ... حرام ... حرام .

ويقول الرسول الكريم صلوات الله وسلامه عليه :

« حرم الله الخمر ، وكل مسكر حرام »

(عن ابن عمر ـ حديث رقم ٣١٣٤ فى صحيح الجامع) .

كـــلام للمتزوجيـــن

كيف يمكن رفع درجة استمتاعك بالحياة الجنسية ؟

١ ــ إن للعناق والقبلات والتلامس والمداعبة لا ينبغى أن تكون لغة الفراش وحسب بل يجب أن تكون جزءاً من الطقوس اليومية ، وتذكر جيداً أن العلاقة الجنسية الجيدة تبدأ خارج غرفة النوم ، فيجب أن تغطى المداعبة والكلام الرقيق الحلو معظم فترات اليوم، دون أن يؤدى ذلك بالضرورة إلى حدوث جماع .

٢ ــ إن النساء يختلفن بطبيعة الحال عن الرجال ، فلا تعتقد عزيزى الزوج أنك تعرف كل شئ عن الجنس ، واترك الفرصة لزوجتك كى تعطيك ما تعرفه وتحب أن تشعر به .

٣ ــ حاول أن توجه الطرف الآخر إلى مصادر اللذة ، ومنابع المتعة فى جسدك ولا تترك الأمر للصدفة يكتشفه أو لا يكتشفه .

٤ ــ لا ينبغى أن يكون هناك أى خجل من التعبير عن المشاعر والرغبات التى تشبع حاجة الجسد ، والخطأ الشائع بين الأزواج هو الكلام لمرة واحدة عن (نظام اللقاء الجنسى) وبعد ذلك يتم الأمر بصورة روتينية بحتة ، وفى ذلك خطأ كبير ، فسرعان ما يتسرب الملل وتبرد الهمة ويفتر الحماس ، ويصير الجماع كمن يسكب ماءاً بارداً على نار ملتهبة فيطفئها بدلاً من أن يساهم فى توهجها .

وللقضاء على الملل والروتين فى العلاقة الجنسية ، يجب تغيير مواعيد الجماع وكذلك المكان ، كأن يقضى الزوجان مثلاً إحدى الليالى فى أحد الفنادق ، كما يجب دوما تجربة أوضاع جديدة أثناء الجماع فى محاولة دائبة لتنويع مصادر اللذة وإضافة تجربة وخبرة جديدة فى كل مرة يتم فيها اللقاء .

٥ ــ لا تنتظر حالة مزاجية معينة حتى تمارس الجنس ، فتلبية رغبات الطرف الآخر

أمر حيوى وغاية فى الأهمية ، ولاتستغرب البدء فى العملية الجنسية وأنت غير متحمس فبعد قليل سيرتفع مستوى الاستثارة وتستمتع باللقاء ، ولا تنس أمراً هاماً ، فعدم تلبيتك لحاجات الطرف الآخر يجعل المعاملة بالمثل أمراً وارداً ومخيفاً فى نفس الوقت !! ..

٦ ـ لا تجعل اللقاء الجنسى عملية ميكانيكية تبدأ بالشفاه وتنتهى بالإيلاج والقذف بل افسح المجال لتبادل المشاعر وتناقل عبارات المودة والحب ، ولا تجعل الصمت يغلف الدقائق التى يتم فيها الجماع ، ولا تكتف بلغة العيون ، بل مد جسور المحبة وأرسل سهامك إلى قلب الطرف الآخر ، واجعلها تزيد من تعلقه بك ، وحوِّل الفراش إلى مكان تنتهى فيه كل المشاكل ، واخلع فيه مع ملابسك كل غضب أو سوء تفاهم مع الطرف الآخر .

٧ ـ كن واقعيا فيما تنتظره من المحصلة النهائية للقاء الجنسى ، ولا تتوقع أن تنال نفس درجة المتعة ، وتحصل على نفس النشوة من كل لقاء ، فكما أن المشاعر الإنسانية متغيرة ، تتغير كذلك استجاباتها من وقت لآخر بصورة طبيعية .

ولكى تمنع حدوث القصور الجنسى ، اقرأ النصائح التالية بتركيز شديد :

١ ـ لا تعتبر اللقاء الجنسى واجباً تؤديه وتحصل منه على مكاسب معينة ، وإنما اعتبره فرصة لاستكشاف العالم الذى ينتمى إليه الطرف الآخر .

٢ ـ أقم جسور المودة وافتح أبواب الحوار بينك وبين الطرف الآخر ، ولاتجعل كلا منكما يخمن ما يحتاج إليه الطرف الآخر ، بل اجعل الحوار مفتوحاً تتبادلان فيه التعريف بالمطالب الجسدية لكل منكما .

٣ ـ لا تصدق كل ما تقرأه أو تسمعه عن الجنس ، فكثير من المعلومات التى تقرؤها ، وخاصة فى بلادنا ، يكتبها أناس غير متخصصين ، ومنها كتب لأشخاص معروفين فى البلاد بأنهم مستشارون فى الجنس ، ومع ذلك فهم لم يحصلوا على أية دراسات عليا بعد الحصول على شهادة بكالوريوس الطب والجراحة .

ولا تستمع كذلك لما يقوله بعض المنحرفين والمغرضين والبعيدين عن الدين عن صولاتهم وجولاتهم فى الجنس الحلال منه والحرام ، فأكثرها من محض الخيال ، أو لإخفاء القصور فى ناحية ما ، وهناك مثل صينى قديم يقول : « إذا أكثرت من الحديث فى أمر ما ، فهذا يعنى بالضرورة أنك تعانى من نقص فيه » .

٤ ـ إذا بدأت تشعر بقصور فى الأداء الجنسى ، ابدأ فى مشاورة الطرف الآخر فى الأسلوب الأمثل لعلاج هذا الأمر ، ولا تجعل الأحداث تتفاقم وتصل إلى طريق مسدود قبل أن تستشير الطبيب .

obeikandl.com

رسومات إيضاحية لطرق تحضير الأدوية

منقوع

مغلى

شراب

حمامات

مراهم

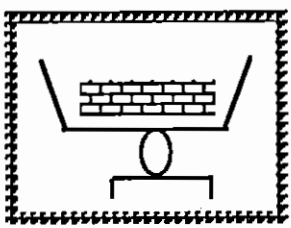
مروضات

* طريقة تحضير المنقوع :

ملعقة صغيرة من العشب

يصب فوقها فنجان ماء مغلى

توضع الأعشاب فى إبريق



* طريقة تحضير المغلى :

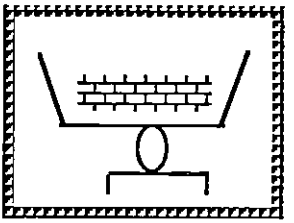
يكسر العشب إلى قطع صغيرة أو تسحق

توضع فى وعاء يغلى فيه الماء

من ١٠ ـ ١٥'دقيقة

يصفى ويشرب ساخناً

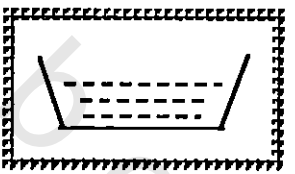
obeikandl.com



*** طريقة تحضير الشراب :**

ماء مغلي وسكر مرفوع على النار

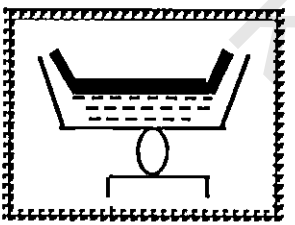
يوضع جزء من الصبغة لكل ٣ جزء من الشراب



*** طريقة تحضير الحمامات**

تغلى العشبة وتترك حتي تدفأ

توضع فى حمام ويستحم فيها الطفل

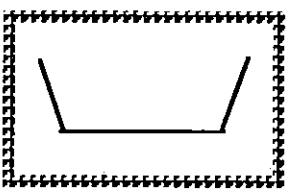


*** طريقة تحضير المراهم**

تغلى المكونات على نار هادئة ساعات فى حمام مائى

تستبعد أجزاء العشب وتترك لتتجمد

ويدهن بها المكان المصاب



*** طريقة تحضير المروخات**

تحضر من زيت وصبغات الأعشاب

تخلط كمزيج ويدهن بها المكان المصاب

obeikandl.com

معالجة العجز الجنسى

تؤخذ كمية متعادلة من بذور القرع والخيار والشمام ، تقشر وتدق ناعماً وتمزج بمقدار من السكر ويؤكل منها كل يوم ثلاث ملاعق .

ويمكن إضافة كمية من بذور الجرجير والكرفس .

المقادير :

١٠٠ جم بذور خيار

١٠٠ جم بذور شمام

١٠٠ جم بذور قرع

١٠٠ جم بذور جرجير

١٠٠ جم بذور كرفس

تطحن جيداً وتنخل ويضاف إليها نصف كيلو عسل نحل مغلى فى حمام مائي ومنزوع الرغوة .

الاستعمال : يؤخذ منه مقدار ملعقة كبيرة صباحاً وأخرى مساءاً .

شراب العافية (معين للجماع)

المكونات :

شمر ملعقة صغيرة

سعتر ملعقة صغيرة

زنجبيل ملعقة صغيرة

تليو ملعقة صغيرة

نعناع ملعقة صغيرة

obeikandl.com

الفائدة الصحية :

مزيل للصداع والحميات والعفونة محلل ملطف ينشط الهضم ويعالج المغص ، ويطهر المجاري البولية ، ويخفف آلام الحيض والنفاس ، معين للجماع وسدد الكبد العارض عن البرد والرطوبة ، ويسكن السعال ، ويسهل التنفس يقوي القلب والمعدة والأمعاء ، مُقوٍّ فاتح للشهية طارد للغازات والدود من الأمعاء مهديء للأعصاب .

(يحضر بطريقة الغلي السابق شرحها ، ويشرب ساخناً مرة صباحاً ، ومرة مساءاً بمقدار فنجان قهوة أو نصف كوب شاي صغير) .

العلاج بعسل النحل

يقول الله سبحانه وتعالى فى كتابه العزيز :

﴿ وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذى من الجبال بيوتاً ومن الشجر ومما يعرشون ﴾ .

كما يقول العزيز الحكيم فى محكم كتابه : **﴿ ثم كلى من كل الثمرات فاسلكى سبل ربك ذللاً ﴾ .**

كما يقول جل وعز شأنه : **﴿ يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس ﴾ .**

للنشاط الجنسى :

ـ جرب تعاطى ملعقتين كبيرتين من عسل النحل صباحاً على الريق ، ومساءاً قبل النوم يومياً .

obeikandl.com

ـ جرب تعاطى ملعقتين كبيرتين من عسل النحل المذاب فى نصف كوب ماء دافىء علي عصير ليمونه متوسطة وتشرب على الريق يومياً فتساعد على هدوء الأعصاب وراحة النفس واكتساب الثقة ومنع الأمراض العصبية وضغط الدم .

اللفت

(لتجديد النشاط الجنسى)

فوائده :

تستعمل البذور فى تهييج الباه ، وتفتيت الحصى .

طريقة إعداده :

يغلى ٦جم من البذور

٦جم زهر الزيزفون (التليو)

يفيد هذا المشروب فى تفتيت الحصى وعلاج أمراض البرد والسعال

ومن فوائده :

يجدد النشاط ويطهر ومدر للبول ومرطب ، ونافع لأمراض الصدر وملين ومزيل للتعب دهناً ، وللسمنة ، ويحضر بنقع اللفت في الحليب ١٠٠ جم لفت لكل لتر حليب أو ماء ويشرب لهذا الغرض .

ويستعمل مغلى اللفت فى الغرغرة لعلاج الخنان.

يمنع عن مرضى الكبد والسكر وضعاف المعدة والأمعاء .

obeikandl.com

ملاحظات هامة

سبق أن أوضحنا للقارئ أنه لعلاج العجز والضعف الجنسى عليه أن يأخذ بالتجارب التى أوضحناها والتى ثبتت فعاليتها كما أثبت ذلك داود الأنطاكى بالتذكرة (تذكرة أولى الألباب) والتى جعل من الجزء الأول تفصيلاً لعدد كبير من الأعشاب مرتبة حسب الحروف الهجائية ، وخصص الجزءين التاليين للوصفات الطبية ومعالجة الأمراض المختلفة مع وصف أعراض هذه الأمراض المختلفة ، ويقول داود : أنه كتب تذكرته بما لقنه السلف الصالح رحمهم الله تعالى فوجدناه مرتبا لهذا فنحن كالمقتبسين من تلك المصابيح والمغترفين من تلك البحور ، وأن أول من ألف شمل هذا النمط وبسط للناس فيه ما انبسط (ديمسقريدوس) اليونانى فى كتابه (المرسوم بالمقالات فى الحشائش ، ثم (رونس) ثم (نوليس) ثم (اندروماض) الأصفر ثم (جالينوس) الملقب برأس البغل ثم (دويدرس البابلى) ثم (اسحق بن حنين النيسابورى) ثم (محمد بن زكريا الرازى) ثم (الحسين بن عبد الله بن سينا) رئيس الحكماء والأطباء فوضع الكتاب الثانى من (القانون) ثم (ابن الأشعث) و (أبى حنيفة) و (الشريف) و (ابن الجزار) و (ابن البيطار) ثم (محمد بن على الصورى) آخر من وضع فى هذا الفن .

وهذا كله منتخب من ما يزيد على مائة كتاب أأقربازينات وهو علم الأدوية والعقاقير فهو إذا من طالع كتب السالفين من الأطباء واختار منها ما صدق نفعه منها وثبت فائدته وهو فى هذا يرجع إلى الأصل فى كل العلوم وإلى التجربة ، فهو إذن باختصار أخذ من كتب السابقين عدداً كبيراً من الوصفات ، وكانت أهم الكتب التى استقى من مصادرها أجزاء تذكرته .

* القانون فى الطب للشيخ ابن سينا .
* كتاب العقاقير لجالينوس .
* كتاب كناشة الطب للزاهد السكندرى اهرون .
* كتاب الحاوى والأقربازين لأبى بكر الرازى .
* الجامع لمفردات الأدوية والأغذية لابن البيطار .

* الأدوية المفردة للخانقى .

ويقول داود : إن معرفة سر هذه الوصفات وخصائص الأعشاب وفوائدها يعود إلى ثلاثة أشياء :

أولها الوحى : فقد نزل بعضها على الأنبياء ، وعند الحكماء أن أول من أوحى إليه بها ـ فوائد الأعشاب والنباتات ـ هرمس المثلث واسمه فى التوراة (اخنوخ) وفى العربية النبى (إدريس) وسمى بالمثلث لأنه جمع بين النبوة ـ والحكمة ـ والملك ، وعند الكلدانيين أن آدم عليه السلام . تقدم بعض الفوائد والوصفات الطبية وأن القمر كما جاء بكتاب الكلدابين كان يخاطبه بفوائد النبات والحيوان ، وأن (ثيا) المعروف عندهم بآدم الثانى ادخرها فى هياكل من النحاس حين رأى الطوفان ودفنها بالجبل المعلق ، وأن (إدريس) زادها بسطا أى بسطها وشرحها وأضاف إليها .

وهؤلاء الأنبياء سليمان عليه السلام وقد أوحى الله إليه بغالب العقاقير ـ أى بعضها ـ وأخذها عنه سقراط ، وقد صح عن نبينا محمد ﷺ الإخبار بذلك عن طرق عديدة من الوحى ـ والمنامات ـ والإلهام .

وقد حصل بهم شئ كثير من الأدوية للمتأهلين من الحكماء بل من الأطباء .

أما الأمر الثانى : لمعرفة سر الوصفات وفوائد النباتات فهو التجربة وشرحها والنتيجة مرة بعد مرة .

أما الأمر الثالث : فى معرفة فوائد النبات والاطلاع على سر تلك الوصفات الطبية فهو القياس وقانون العمل به أن الطبيب ينظر فيما ثبت نفعه لمرض ما أو لشئ وهو يعتمد على الأمرين الأولين .

أى أننا لا نسوق إليك هذه الوصفات من فراغ كما أوضحنا ، وإليك ما يتعلق بعلاج الضعف والعجز الجنسى ووجع الظهر وعرق النسا :

١ ـ إن الأناناس يوفر التغذية ويجيد الهضم ويفيد المعدة والأمعاء ويكافح السموم

ويقوى القدرة الجنسية ولذلك يتناول الشخص ١٠٠جم أناناس ٣ مرات يومياً مع ملعقة كبيرة عسل نحل صافى .

٢ ـ البابونج يقوى الباه وذلك بنقع ملعقة فى فنجان ماء مغلى وتركه مدة خمس دقائق حتى يدفأ ثم يشرب فنجان ٣ مرات ، ويمكن إذابة ملعقة كبيرة من عسل النحل منزوع الرغوة إلى المنقوع .

٣ ـ إن البابونج يفيد فى علاج وجع الظهر وعرق النسا ووجع المفاصل والنقرس والجرب ، وذلك بخلط ١٠٠جم من مسحوق البابونج فى ٥٠جم شمع نحل ودهان المكان المصاب فركاً ، بالإضافة إلى شرب ٢ـ٣ فنجان من المنقوع يومياً .

٤ ـ إن البصل يفيد الشهوة إذا انقطعت مع الخل وذلك بالحصول على عصير بصلة متوسطة ووضع ٢ ملعقة كبيرة خل تفاح عليها والشرب منها ٤ـ٦ ملاعق كبيرة يومياً .

٥ ـ أن التمر يز يد فى القوة الجنسية وذلك بأكله مع الحليب والقرفة بأن يسلق عشر تمرات فى كوب لبن مضاف إليه ملعقة صغيرة قرفة و٢ ملعقة كبيرة عسل نحل منزوع الرغوة ٣ـ٤ مرات فى اليوم .

٦ ـ أن الترمس يضمد به عرق النسا وذلك بعجن ١٠٠جم مسحوق ترمس مع ١٠جم دقيق شعير مع ١٠٠جم ماء ويدهن به المكان المصاب فركاً ثم يغطى بقطعة قماش صوف .

٧ ـ أن يغلى ٣٠جم من قشر التفاح فى ربع لتر ماء مدة ١٥ دقيقة ويشرب من هذا المغلى ٤ـ٦ فنجان فى اليوم يعالج به الروماتيزم .

٨ ـ يستخدم رماد الثوم مع العسل ١٠٠جم من كل منهما فى علاج عرق النسا دهناً ٢ـ٣ مرات يومياً بفرك مكان الإصابة ثم يدأ بقطعة من الصوف .

٩ ـ إن تناول مسحوق ١٠٠جم مسحوق من بذرة الجرجير مع عصير حزم صغيرة ٤ـ٦ مرات يومياً فى فنجان صغير يقوى جنسياً .

١٠ ـ إن أكل الجزر يهيج الباه وإذا بشر ناعماً وغلى حتى يتهرى وطرح عليه العسل المنزوع الرغوة دون إراقة أى شئ من مائه وورك على النار حتى إذا قارب الإنعقاد القى على كل رطل منه نصف أوقية من كل من العود الهندى والقرنفل والدارحينى والجتربيل والهيل والجوزة يعالج ضعف الباه .

١١ ـ أن أكل حب العزيز مطحوناً ومنقوعاً فى الماء ومحلى بالعسل النحل يقوى الباه ، وذلك بطحن ١٠٠جم حب العزيز مع ١٠٠جم ماء مع ١٠٠جم عسل نحل ويؤخذ منه ٢ـ٣ ملعقة كبيرة ٣ مرات يومياً .

١٣ ـ إن جذور الخرشوف مع عسل النحل منزوع الرغوة يفيد القوة الجنسية ويمنع عن المصابين بالروماتيزم والتهاب المفاصل والنقرس وأصحاب المسالك البولية الضعيفة والمصابين بالحساسية .

١٤ ـ إن شرب السنامكى ١٠٠جم مع ١٠٠جم ينسون هندى مغلى فى ١٠٠جم ماء ٣ مرات فى اليوم تفيد فى علاج عرق النسا ووجع المفاصل .

١٥ ـ إن تناول مغلى الشمر ١٠٠جم مع ١٠٠جم معسل نحل منزوع الرغوة بموجب ملعقة كبيرة من ٢ـ٣ مرات يومياً ينبه الغدد الجنسية .

١٦ ـ إن صنع حساء من مجروش الشرفان ١٠٠جم مع كوب حليب محلى بالسكر يقوى وينبه الغدد الجنسية .

١٧ ـ إن الشيح يستعمل بخوراً لطرد أوجاع الظهر والوركين شرباً ودهاناً ، وذلك بخلط مسحوق ١٠٠ جم شيح مع ٥٠ جم شمع نحل العسل ويدهن به المكان المصاب وفى حالة شربه ١٠٠ جم شيح مع ١٠٠جم ماء مغلى ويضاف إليه ١٠جم مصطكى أو يؤكل بعده ٢٠٠جم ترمس وذلك لمنع ضرر العصب .

١٨ ـ أن العنبر يقوى الأعضاء ويثير القوة الجنسية ويطيل الحياة جزءاً صغيراً جداً منه كل أسبوع حيث إنه خطر شديد .

١٩ ـ إن سف بذور الفجل يزيد فى الباه كما أن دهن بذره يحلل أوجاع المفاصل

وعرق النسا وذلك بفركها على موضع الألم ٢ـ٣ مرات يومياً ثم تغطيتها من الصوف وتسف بذور الفجل ١٠ جم ٢ ـ ٣ مرات مع ملعقة عسل نحل منزوع الرغوة .

٢٠ ـ إن أكل القلقاس يهيج الباه .

٢١ ـ إن أكل الكرفس أوراقاً وجذوراً نيئاً أو مع السلاطة يثير النشاط ويقوى جنسياً ومزيل للعجز الجنسى .

٢٢ ـ إن من يداوم على الإغتسال بالسحلب المغلى فى ١٠٠جم مع ١٠٠جم ماء مع ١٠٠جم آس ويغسل به الجانبين والظهر يزيل أوجاعها وذلك بغسلها ٢ـ٣ مرات يومياً ، ويمكن وضع مسحوق ٢٠٠جم فى ماء الحمام والاستحمام به حيث يزيل أوجاع الظهر والخاصرتين ويسكن جميع الأوجاع ويستخدم كدهان أيضاً لآلام الظهر والخاصرتين وفقر الدم ، ١٠٠جم سحلب مع ١٠٠جم سكر نبات مع ١٢جم لوز حلو ثم يسحق المخلوط ويؤكل عل مرتين فى اليوم بعد الأكل لمدة ١٢ يوماً .