



Diyabet cinsel hayatımı nasıl etkiler?

Diyabetin cinsellikle ilgili birçok soruna yol açtığına dair söylentiler duyabilirsiniz. Diyabet herkesi aynı şekilde etkilemez, hatta diyabeti iyi kontrol edilen birçok kişi hiçbir sorun yaşamayacaktır.

Bununla beraber, diyabetin uzun süreli kontrolsüz olduğu bazı erkeklerde; diyabet sinirlerde hasara yol açarak beyinden çıkıp erkek cinsel organına giden sinyallerin iletilmesini yavaşlatabilir. Yine ereksiyon için gerekli olan kan akımını kontrol eden sinirlerin ve damarların işlevini bozabilir. Böyle bir durumda yapmanız gereken bu durumu doktorunuza anlatmanızdır. Size en doğru bilgiyi ve tedaviyi doktorunuz verecektir.

Cinsel hayatımın normal gitmesi için nelere dikkat etmeliyim?

Cinsel yaşamınızı normal bir şekilde sürdürebilmeniz için kan şekerinizi iyi kontrol etmeniz çok önemlidir. Kısa dönemde hipo ve hiperglisemileri önlemek, cinsel yaşamınızı dolaylı yoldan iyileştirebilir. Uzun dönemde kan şekerinin iyi kontrol edilmesi, diyabet ile ilgili komplikasyonların önlenmesine yardımcı olarak cinsel fonksiyonlarınızın düzelmesini sağlayabilecektir. Bu durum, kan şekerinizi normal sınırlar içinde tutmak için uygun dozda insülin almanız (veya ilaç dozlarınızı ve çeşitlerini ayarlamanız) anlamına gelmektedir.

Uzun süren hiperglisemi sizi yorgun düşürebilir. Böylelikle ereksiyon problemi yaşayabilirsiniz. Ayrıca hiperglisemi kadın ve erkek cinsel organında mantar enfeksiyonlarına yol açabilir. Bunun sonucu ağrı ve kaşıntı olur ve cinsel istek azalabilir. Böyle bir durumda mutlaka doktorunuza danışın.



Diyabet hastasıyım gebe kalabilir miyim?

Birçok insan gibi çocuk sahibi olabilirsiniz. Ancak önemli olan diyabetiniz kontrol altındayken, planlı bir şekilde gebe kalmanızdır. Bu nedenle diyabette doğum kontrolü ve aile planlaması çok önemlidir.

Diyabet ve doğum kontrolü

Genellikle, ilk doğumdan sonra doğum kontrol hapları önerilir. Bunun dışında doğum kontrol yöntemi olarak kondom (prezervatif) kullanabilirsiniz. Cinsel yolla bulaşan hastalıkları engelleyen en etkili yöntem kondom kullanmaktır. Diyabetle yaşamayı hayatınızın her noktasında öğrenmelisiniz. Kaygılarınız hakkında açık olmanız, karşılaşılabileceğiniz sorunları çözmenizde yardımcı olacaktır. Diyabet tedavi ekibinizin her türlü sorununuzda size destek sağlayacağını unutmayınız. Ancak siz bu sorunlarınızı anlatmazsanız farkına varamazlar. Bu nedenle açık olun!

