



## ► Spolni život nakon srčanog infarkta

Spolnost obogaćuje život i jača samopouzdanje te je od velike važnosti u oporavku i nastavku normalnog življenja.

Kod bolesnika koji su nedavno preboljeli srčani infarkt bit će potrebne određene promjene i strpljenje u odnosu prema mnogim prijašnjim navikama, pa tako i prema spolnoj aktivnosti. Savjetujte se o tome s liječnikom prije otpusta iz bolnice, jer je pristup često individualan.

Za najveći dio bolesnika nema razloga da nakon određenog vremena ne obnove normalan spolni život.

Rehabilitacija bolesnika nakon srčanog infarkta i redovita tjelesna aktivnost mogu smanjiti rizik komplikacija i tijekom spolne aktivnosti.

Spolna je aktivnost bezopasna i razumna nekoliko tjedana nakon preboljenog nekomplikiranog srčanog infarkta. Tu spadaju i bolesnici bez srčanih tegoba tijekom umjerene tjelesne aktivnosti koja odgovara brzom hodu ili opterećenju do 5 METs na ergometrijskom testiranju.

Kod nestabilnih bolesnika preporučuje se odgoditi spolni odnos do stabilizacije stanja.

Za mnoge bolesnike koji su preboljeli infarkt osobito je osjetljiv prvi pokušaj obnavljanja spolnog života. Strah i neizvjesnost gotovo su uvijek prisutni kod oba partnera.

Smetnje se očituju kao smanjenje želje i smanjenje potencije. Prolaznog su karaktera. Pozitivan emotivni odnos sa zdravim partnerom značajno će pomoći uspostavljanju skladnih međusobnih odnosa i povratku samopouzdanja.

U slučaju većih psiholoških tegoba, poželjna je potpora psihologa.

U pogledu fizičkog napora, seksualni se odnos sa stalnim partnerom svrstava u lakša do umjereno teška tjelesna opterećenja, što odgovara brzom hodu ili uspinjanju do drugog kata. Prije spolne aktivnosti preporučuje se smanjen unos hrane i alkoholnih pića te dostatan odmor.

Ako se tijekom spolne aktivnosti opetovano javljaju tegobe u prsima, potrebna je konzultacija kardiologa.

Lijekovi koji se koriste nakon preboljenog srčanog infarkta mogu smanjiti spolni interes i također uzrokovati seksualne poteškoće. Bez dogovora s liječnikom nikako se ne preporučuje izostaviti lijekove za srce u cilju poboljšanja seksualne funkcije.

Lijekovi za liječenje erektilne disfunkcije načelno su sigurni kod stabilnih koronarnih bolesnika (npr. Viagra). Ne smiju se koristiti istovremeno s nitratima (nitroglicerina, Tinidil, ISMN, Olicard). Do eventualnog uzimanja nitrata nakon lijeka za poboljšanje erektilne funkcije mora proći najmanje 24 do 48 sati, ovisno o preparatu.

Potrebna je i oprez s biljnim preparatima nepoznatog sastava u svrhu poboljšanja erektilne funkcije, jer mogu sadržavati tvari koje imaju nepoželjnu i nepredvidivu interakciju s lijekovima za liječenje srca.

U slučaju planiranja kontracepcije ili trudnoće nakon preboljenog srčanog infarkta, potrebna je konzultacija s liječnikom.

Lokalna vaginalna upotreba estrogenih preparata u pravilu je sigurna u cilju liječenja bolnog snošaja.



Autor: **Dalibor Cukon**, doktor medicine, specijalist internist

Recenzija: **Roberta Katačić**, doktorica medicine, magistra javnog zdravstva

