

Tabac, gras, sucre: les trois ennemis de l'érection

Zitouni IMOUNACHEN - 2016-02-26 23:44:44 - Vu sur pharmacie.ma

Le pénis est peut-être considéré comme le thermomètre de la santé cardiovasculaire. Car ce qui est mauvais pour le système cardiovasculaire, et en particulier le cœur et le cerveau, est aussi mauvais pour l'érection.

Le tabac accroît le risque de trouble de l'érection. Même chose avec le diabète puisque l'excès de sucre dans le sang est à la fois néfaste à la paroi artérielle et toxique pour les nerfs. On considère même que l'érection commence à défaillir sérieusement pour des raisons physiopathologiques trois à cinq ans avant que ne survienne un accident cardiovasculaire (infarctus du myocarde, accident vasculaire cérébral). Raison pour laquelle l'installation d'un trouble érectile persistant doit conduire à consulter un cardiologue pour un bilan.

L'excès de cholestérol est aussi un facteur de risque de trouble de l'érection, par l'infiltration des parois artérielles, mais la nouvelle étude publiée par une équipe de l'université Marmara en Turquie dans le Journal of Sexual Medicine, ce mois-ci, montre cette fois-ci une corrélation entre le risque de dysfonction érectile et une maladie du foie: la stéatose hépatique non alcoolique. Autrement dit, l'infiltration graisseuse du foie. En effectuant des biopsies de foie pour mesurer la gravité de la maladie et en faisant remplir un questionnaire d'évaluation de l'érection, le Pr Deniz Güney Duman et ses collègues se sont aperçus que les difficultés d'érection étaient d'autant plus fréquentes que la maladie progressait.

Une activité physique régulière peut réduire, et parfois faire disparaître, la stéatose hépatique. Mais c'est surtout «notre alimentation trop riche en graisses et en fructose qui est très toxique pour les cellules hépatiques», rappelle le Pr Lawrence Serfaty hépatologue à l'hôpital Saint-Louis.