

Mati pucuk bukan penanda aras nafsu lelaki

HUBUNGAN seks mungkin dianggap sebagai sesuatu yang lazimnya tidak dirancang dan dilakukan secara spontan.

Namun, hasil Tinjau Selidik Tabiat Seks Global oleh Pfizer mendapati bahawa golongan lelaki sebenarnya memang merancang lebih awal untuk melakukan hubungan seks. Sesuatu yang lebih mengejutkan, ialah mereka merancang berjam-jam lebih awal.

Pakar Runding Urologi, Fakulti Perubatan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), **Profesor Datuk Dr. Zulkifli Md. Zainuddin** berkata, hasil tinjau selidik peringkat global itu menunjukkan bahawa lelaki tidak semestinya mahu mengadakan hubungan seks secara spontan.

Sebaliknya, beliau berkata, golongan lelaki suka merancang hubungan dan mengetahui lebih awal apa yang dikehendaki.

Malah tidak menghairankan

sihat

Oleh **MERAN ABU BAKAR**
meran.bakar@utusan.com.my

bahawa 83 peratus daripada pengguna ubat disfungsi erektil (ED) atau lebih dikenali sebagai mati pucuk, sentiasa atau kadangkala merancang lebih awal untuk melakukan hubungan seks pada masa tertentu.

Bukan itu sahaja, masa juga memainkan peranan penting dari segi perancangan kerana tujuh daripada 10 (70 peratus) lelaki lazimnya melakukan hubungan seks dalam tempoh sejam selepas mengambil dos ubat dan hampir semua lelaki (96 peratus) melakukannya dalam tempoh empat jam selepas mengambil dos ubat.

Katanya, memandangkan hubungan seks memang menjadi lumrah hidup suami isteri, orang ramai seharusnya lebih bersikap terbuka untuk membincangkan topik ini terutama dari sudut prestasi seks.

"Salah satu masalah berkaitan seks yang dialami lelaki yang menjejaskan hubungan intim yang sihat ialah ED.

"Bagaimanapun, ED dianggap sebagai topik perbualan yang sangat sensitif oleh golongan lelaki tidak kira sama ada mereka sudah berkahwin, bujang atau berpacaran.

"Lelaki agak keberatan untuk membincangkan isu peribadi



PROF. DR. ZULKIFLI MD. ZAINUDDIN (kanan) bersama Perunding Urologi Hospital Gleneagles Kuala Lumpur, **Prof. Dr. George Lee** dan personaliti TV, **Daphne Iking** pada majlis pembentangan Tinjau Selidik Tabiat Seks Global oleh Pfizer di Kuala Lumpur baru-baru ini.

masing-masing. Ini bermakna ramai di antara mereka yang menderita dalam diam.

"Penderitaan ini mungkin menimbulkan tekanan dan keresahan kerana mereka tidak dapat mencapai prestasi yang dikehendaki yang seterusnya mempengaruhi emosi dan keyakinan diri," katanya ketika membentangkan hasil Tinjau Selidik Tabiat Seks Global anjuran Pfizer di Kuala Lumpur baru-baru ini.

Dr. Zulkifli berkata, apa yang kurang difahami ramai lelaki dan segelintir wanita ialah ED bukan penanda aras nafsu seks lelaki.

Sebaliknya, masalah tersebut lazimnya disebabkan oleh pelbagai faktor seperti kerisauan untuk berasmara, kemurungan, hilang keyakinan, keraguan, rasa malu atau negatif terhadap badan atau jangkakan kurang realistik tentang prestasi seks.

Katanya, keresahan dan kemurungan yang dialami golongan lelaki boleh memberikan kesan secara langsung terhadap hubungan mereka dengan isteri, sehingga mungkin menyebabkan keretakan rumah tangga.

"Dalam banyak kes, lelaki tiada saluran untuk meluahkan kebimbangan, menyebabkan mereka terjebak dalam kegiatan negatif atau menjauhkan diri dari segi emosi dan fizikal daripada pasangan.

"Mereka bimbang sebarang keintiman fizikal mungkin menimbulkan permintaan atau keinginan untuk hubungan asmara pada pasangan, secara tidak langsung mengingatkan mereka tentang kegagalan mencapai ereksi," katanya.

Tambah Dr. Zulkifli, pada umumnya, wujud salah tanggapan bahawa ED hanya

mempengaruhi lelaki sahaja.

Apa yang sering tidak disedari oleh ramai orang ialah masalah itu juga amat mempengaruhi wanita atau isteri, yang turut memerlukan sokongan dan kefahaman daripada suami atau lelaki.

Cara terbaik untuk mengatasinya ialah menerusi perbincangan terbuka. Malah, kajian Pfizer turut mendapati bahawa terdapat keperluan untuk suami isteri berbincang secara terbuka tentang ED.

"Mereka perlu menyatakan keperluan seks masing-masing dan keupayaan untuk melakukan hubungan.

"Komunikasi terbuka mengurangkan tekanan terhadap satu sama lain dan membolehkan suami-isteri merancang saat-saat intim bersama yang memuaskan.

"Disebabkan topik ED tidak dibincangkan dan diterima secara terbuka, lelaki sering



Definisi Disfungsi Erekt (ED)

Kegagalan untuk mencapai dan/atau mengekalkan ketegangan zakar yang secukupnya untuk melakukan hubungan seks secara memuaskan.

- Data terbaharu, 69.5 peratus lelaki Malaysia berusia 40 tahun dan ke atas menghidap ED
- Kadar ED lebih tinggi didapati dalam kalangan lelaki berusia lebih 60 tahun.
- Diramal menjelang 2025 jumlah penghidap ED meningkat 300 juta di seluruh dunia

Rawatan

- Sebagai permulaan lelaki perlu berani berbincang tentang ED untuk mendapatkan bantuan
- ED boleh dirawat dengan ubat atau mengubah gaya hidup
- Elak pengambilan alkohol
- Berhenti merokok
- Menukar amalan pemakanan yang sihat dan seimbang
- Bersenam

merasakan bahawa mereka keseorangan menghadapi masalah ini.

"Sedangkan, kajian mendapati bahawa kira-kira seorang daripada setiap 10 lelaki mengalami masalah berkaitan seks seperti ED tanpa mengira usia," katanya.

Apa pun, buat permulaan, kaum lelaki perlu berani untuk berbincang tentang ED. Ini bagi membenarkan kebebasan kepada mereka agar akur dan menerima hakikat bahawa mereka menghidap ED.

Selepas itu, mereka boleh bersuara dan mendapatkan bantuan daripada doktor untuk mengatasi masalah tersebut.



LELAKI perlu lebih terbuka untuk membincangkan masalah disfungsi erektil yang dihadapi bagi membolehkan mereka mendapat rawatan sewajarnya. (GAMBAR HIASAN)