

## Un farmaco contro la "velocità"

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho 27 anni, lui 28. Stiamo insieme da circa sei mesi. Per entrambi è la prima storia davvero importante dal punto di vista dei sentimenti, al punto che vorremmo andare a convivere e avere una famiglia insieme. Però c'è un problema, per me grandissimo: lui è troppo veloce e lo stare insieme per me è sempre più deludente. Non vorrei ferirlo criticandolo o umiliandolo con commenti negativi: per questo finora non ho sollevato il problema. Nello stesso tempo, però, penso che devo affrontarlo prima che questa insoddisfazione distrugga anche i miei sentimenti. C'è una cura che funzioni? Se sì, allora ha senso che gli proponga di parlarne con il suo medico...".

Daniela S. (Verona)

Sì, Daniela, oggi la possibilità di curare efficacemente questo disturbo c'è. Il primo farmaco al mondo approvato per la terapia dell'eiaculazione precoce è stato presentato a Parigi l'11 luglio scorso, alla Terza Consultazione Internazionale di Medicina Sessuale, che unisce gli specialisti di più alto profilo scientifico di tutto il mondo. Il farmaco si chiama dapoxetina, è disponibile su ricetta medica, in compresse, a dosi da 30 e 60 mg, da assumere con un bicchiere d'acqua una-tre ore prima del rapporto. Il cibo non interferisce con l'efficacia. E' invece opportuno evitare l'alcool. Il farmaco è molto maneggevole, con modesti effetti collaterali, in genere transitori. Questo farmaco affianca altri principi attivi, che finora venivano utilizzati con discreto successo, utilizzati tuttavia al di fuori delle indicazioni originali del farmaco. E' quindi un'opzione in più e, come dicevo, la prima testata e validata con questa specifica indicazione terapeutica.

L'eiaculazione precoce è un problema comune?

Sì, almeno il 20% degli uomini italiani ha difficoltà nel controllo dell'eiaculazione. Con il risultato di essere davvero troppo veloci. Secondo i criteri diagnostici internazionali, un uomo soffre di eiaculazione precoce quando: a) il tempo che intercorre tra inizio della penetrazione ed eiaculazione (tempo di latenza eiaculatoria intravaginale, IELT) è inferiore al minuto; b) l'uomo ha scarsa (o assente) capacità di controllare il riflesso eiaculatorio; c) il problema causa forte stress e frustrazione personale a lui e/o alla partner.

Quanto dura un rapporto normalmente?

Studi di popolazione ci dicono che la durata del rapporto sessuale, per la maggioranza della popolazione, varia tra 1 e 10 minuti, con una media di 5 minuti e 40 secondi. Non un tempo mitico, quindi, ma sufficiente perché una coppia possa avere un'ottima soddisfazione fisica, oltre che emotiva. Per obiettarlo, basta un semplice cronometro, che misura il tempo dall'inizio della penetrazione all'eiaculazione.

Di quanto può migliorare la durata nel rapporto?

Con questo farmaco il tempo aumenta di circa tre volte. Con un ottimo risultato se il livello basale è intorno a uno-due minuti (il criterio medico precedente era di un tempo normale dai due minuti in su), perché triplicandolo si arriva a una buona durata, di piena normalità, sufficiente perché il gioco erotico possa essere più variato e divertente, e perché anche la partner possa raggiungere l'orgasmo e una piena soddisfazione fisica. Se invece la durata basale è di pochissimi secondi, anche triplicandolo si resta comunque a un livello insoddisfacente, per cui sarà probabilmente necessario integrare la terapia farmacologica con quella sessuologica.

Prevenire e curare – Gli aiuti efficaci

- Rivolgersi al medico, anche per una diagnosi differenziale rispetto ad altre cause biologiche che possono causare o peggiorare l'eiaculazione precoce: prostatiti, diabete, ipotiroidismo, sclerosi multipla...;
- utilizzare un farmaco, come la dapoxetina o altri, che agiscono sulla base biologica della precocità, rallentando il riflesso eiaculatorio;
- praticare il training respiratorio e/o lo yoga, per imparare a controllare anche l'ansia da prestazione spesso associata alla precocità;
- effettuare una breve terapia sessuologica, personale o di coppia, quando emergano altri fattori psicologici meritevoli di miglioramento.