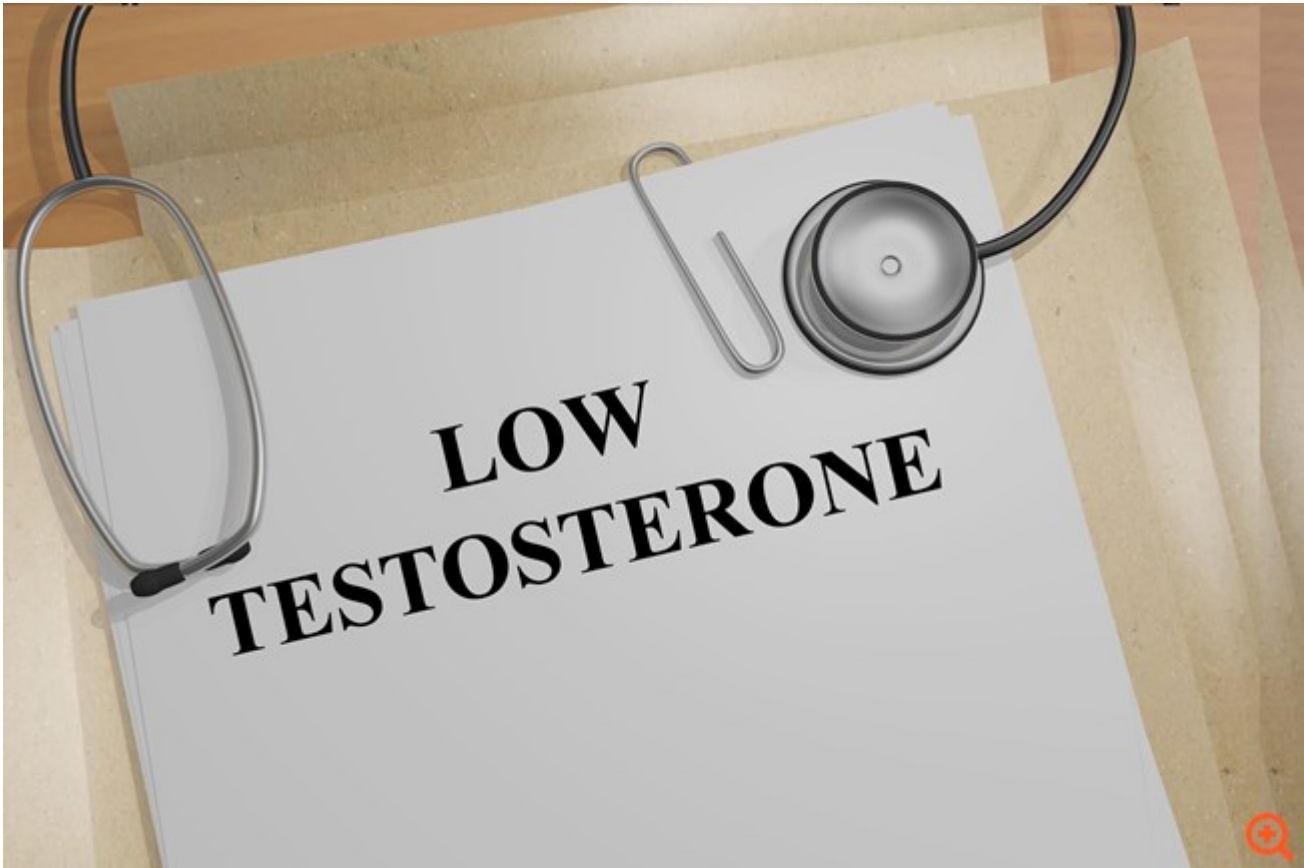


## Σχετίζεται η χαμηλή τεστοστερόνη με την κατάθλιψη;

22/Φεβ/2019 08:13



Είναι γνωστή η επίδραση της χαμηλής τεστοστερόνης στη σεξουαλική λειτουργία, καθώς θεωρείται η κυρίαρχη ανδρική ορμόνη που είναι υπεύθυνη για την ερωτική επιθυμία αλλά και για την υγιή στυτική.

### Χαμηλή τεστοστερόνη και κατάθλιψη

Πρόκειται για μία ορμόνη που οι τιμές της είναι συνήθως αντιστρόφως ανάλογες με τη ηλικία του άντρα. Έτσι, όσο περνούν τα χρόνια μειώνεται φυσικά (υπογοναδισμός λόγω ηλικίας) επηρεάζοντας την ερωτική διάθεση. Φαίνεται όμως πως δεν είναι αυτό το μοναδικό πρόβλημα. Τα χαμηλά επίπεδα της συγκεκριμένης ορμόνης συσχετίζονται με μεγαλύτερη πιθανότητα εμφάνισης κατάθλιψης στους άνδρες, σύμφωνα με έρευνα στο επιστημονικό περιοδικό "Journal of Sexual Medicine".

Στα βασικά συμπτώματα της μειωμένης τεστοστερόνης περιλαμβάνονται οι πιο "αραιές"

αυθόρμητες στύσεις (πρωινή στύση).

## **Συσχέτιση κατάθλιψης και παραγωγής τεστοστερόνης**

Προηγούμενες έρευνες είχαν συσχετίσει την κατάθλιψη με την δυσλειτουργία του συστήματος ρύθμισης της έκκρισης της τεστοστερόνης. Η κύρια υπόθεση ήταν πως η κατάθλιψη μπορεί να επηρεάσει την ορμονική έκκριση στην υπόφυση του εγκεφάλου. Μετά από την παραπάνω έρευνα, αποδείχτηκε και το αντίστροφο, δηλαδή πως η τεστοστερόνη όταν βρίσκεται σε χαμηλά επίπεδα πιθανά μπορεί να κάνει τους άνδρες πιο ευάλωτους στην εμφάνιση καταθλιπτικής σημειολογίας.

Ένα νέο ερώτημα όμως περιμένει να απαντηθεί από επόμενες έρευνες, αν η τεστοστερόνη ανακτήσει τις φυσιολογικές της τιμές, σημαίνει πως η κατάθλιψη θα υποχωρήσει ή θα παραμείνει; Πρόκειται για ένα εύλογο ερώτημα, καθώς φαίνεται για άλλη μία φορά πόσο δεμένο είναι το οργανικό μας κομμάτι με τις ψυχικές μας εκδηλώσεις. Είναι χρόνια γνωστό το βιολογικό υπόστρωμα της κατάθλιψης, να λοιπόν, που για άλλη μία φορά επιβεβαιώνεται!

## **Επηρεάζεται η ψυχολογία του άνδρα λόγω της χαμηλής τεστοστερόνης και της προβληματικής σεξουαλικής λειτουργίας;**

*"Η απάντηση είναι θετική" σχολιάζει η **ψυχολόγος - ψυχοθεραπεύτρια Μαρίνα Μόσχα**. "Όπως είδαμε παραπάνω, τα χαμηλά επίπεδα της συγκεκριμένης ορμόνης επιφέρουν καταθλιπτική συμπτωματολογία στον άνδρα. Άρα, αρχίζει και δεν αισθάνεται καλά ψυχολογικά, δεν έχει διάθεση να αντιμετωπίσει αρκετές από τις καθημερινές του ασχολίες και δραστηριότητες, όπου μέσα σε αυτές είναι και το σεξ. Η ίδια η ορμόνη επίσης δημιουργεί προβλήματα στην ερωτική επιθυμία, στις πρωινές στύσεις και στην στυτική λειτουργία γενικότερα. Άρα το σεξ, βάλλεται και από την ορμονική του βάση αλλά και από την ψυχική του διάσταση".*

[Διαβάστε το άρθρο στο Capital.gr](#)