

# สารอาหารเสริมหนักเขา!! เพื่อความฟิต และความสุขภาพที่ยืนยาว



โรคหย่อนสมรรถภาพทางเพศ หรือ ED ( Erectile Dysfunction ) โรคหนักใจของบรรดาคุณผู้ชาย ที่อาจจะไม่กล้าพูดหรือบอกใคร แล้วจะทำอย่างไร เมื่อมีอาการดังกล่าวเกิดขึ้น จะมีวิธีจัดการปัญหาหย่อนสมรรถภาพทางเพศอย่างไร และมีสารอาหารที่มีประโยชน์อะไรบ้างลองอ่านดู

การหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย คือ การที่ไม่สามารถทำให้อวัยวะเพศชายแข็งตัวได้เพียงพอ จนถึงจุดสุดยอดของกิจกรรมทางเพศ ทำให้คุณผู้ชายขาดความมั่นใจในตัวเอง อีกทั้งยาหลายชนิดที่ใช้ในการรักษาอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย ก็บรรเทาอาการได้เพียงชั่วคราวเท่านั้น อีกทั้งยังอาจมีอาการข้างเคียงได้ อาทิ ปวดหัว อาหารไม่ย่อย ตาพร่ามัว อย่างไรก็ตามปัญหาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย แท้จริงแล้ว สัมพันธ์กับสุขภาพของหลอดเลือดและหัวใจเป็นอย่างมาก นั่นหมายความว่าผู้ที่มีปัญหาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย อาจมีปัญหาโรคหลอดเลือดหัวใจ และความดันโลหิตสูงซ่อนอยู่ ซึ่งพบว่าเป็นสาเหตุได้มากถึง 80% เนื่องจากหลอดเลือดที่ตีบและแข็งจะลดการไหลเวียนเลือดไปอวัยวะเพศ อีกทั้งยังมีปัจจัยอื่นร่วมด้วยอีก ทั้งการลดลงของฮอร์โมนเพศชายตามวัย อาทิ ฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน และDHEA, โรคเบาหวาน ที่รบกวนการไหลเวียนเลือดไปที่อวัยวะเพศ และทำให้ประสิทธิภาพความรู้สึกที่อวัยวะเพศเสีย รวมทั้งอายุที่มากขึ้น ทำให้อวัยวะเพศเสื่อมไปตามวัย และการกินยาบางชนิด เช่น ยาแก้แพ้ ยาต้านซึมเศร้า ยานอนหลับ อาจมีผลทำให้ลดสมรรถภาพทางเพศได้เช่นกัน

อีกสาเหตุที่ส่งผลให้เกิดการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย ได้แก่เหตุผลทางด้านจิตใจ ทั้งความเครียด ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า การขาดความมั่นใจในตนเอง และอื่นๆ ที่มีผลกระทบต่อการทำงานของอวัยวะเพศ ซึ่งปัญหาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศจากภาวะทางจิตใจนั้น มักพบมากในเพศชายที่อายุน้อย และอาการมักจะเกิดเพียงชั่วคราว หรือเป็นๆ หายๆ

อย่างไรก็ตามอาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศชาย สามารถช่วยได้ด้วยการใช้เซลล์บำบัด ซึ่งเป็นอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับชายที่หย่อนสมรรถภาพทางเพศ โดยเซลล์บำบัดสามารถช่วยซ่อมแซมหลอดเลือดที่เสียหายให้แข็งแรงได้ ทั้งยังทำให้การไหลเวียนเลือดไปยังอวัยวะเพศชายดีขึ้น ช่วยบำรุงและส่งเสริมการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกายโดยเฉพาะการเพิ่มการผลิตฮอร์โมนเพศชายเทสโทสเตอโรน จากอวัยวะอย่างเป็นธรรมชาติ ช่วยบรรเทาและรักษาการหย่อนสมรรถภาพทางเพศในคนที่มีอายุมาก ที่มีสาเหตุทางกายภาพโดยเฉพาะโรคหลอดเลือด เบาหวาน ความดันโลหิตสูง และผู้ที่ใช้ยาไวอะกร้าแล้วไม่ได้ผล

ซึ่งสารอาหารที่สามารถช่วยเพิ่มสมรรถภาพทางเพศได้ดีขึ้น ได้แก่

1. L-arginine เป็นกรดอะมิโนที่สำคัญต่อร่างกาย และเป็นสารตั้งต้นสำหรับหลอดเลือดในการผลิตสารไนตริกออกไซด์ ที่ช่วยในการขยายตัวของหลอดเลือด
2. Icarin สารสกัดจากสมุนไพรงูจีน หรือ Horny Goat Weed เนื่องจากแพะที่กินหญ้าชนิดนี้แล้วจะสามารถมีกิจกรรมทางเพศได้อย่างแข็งแรง
3. โสมจีน มีฤทธิ์บำรุงหัวใจ บำรุงตับ บำรุงกำลัง กระตุ้นภูมิคุ้มกัน กระตุ้นการไหลเวียนเลือด เพิ่มการสร้างฮอร์โมนเทสโทสเตอโรน และช่วยให้การไหลเวียนเลือดไปอวัยวะเพศชายดีขึ้น
4. L-carnitine ช่วยบำรุงผนังหลอดเลือด ทำให้การแข็งตัวของอวัยวะเพศชาย การหลั่ง และกิจกรรมทางเพศดีขึ้น ในชายที่มีฮอร์โมนเทสโทสเตอโรนต่ำ
5. วิตามิน D มีผลต่อสุขภาพหลอดเลือดทำงานได้ดีขึ้น
6. วิตามิน B โดยเฉพาะวิตามินบี 6 โฟเลต วิตามินบี 12
7. วิตามิน E ช่วยลดอนุมูลอิสระในร่างกาย อันเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สุขภาพหลอดเลือด
8. ถั่งเช่า หรือที่รู้จักกันว่า 'ไวอากร้าแห่งเทือกเขาหิมาลัย' ถือได้ว่าเป็นยาสมุนไพรมีการใช้อย่างแพร่หลายในประเทศจีนนานนับศตวรรษ มีสรรพคุณทางยาแผนโบราณในเรื่องของกระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ และใช้เป็นยาบำรุงร่างกาย บำรุงอวัยวะภายใน เช่น ปอด ตับ และไต เป็นต้น จากกรณีศึกษาฤทธิ์ต่อการกระตุ้นสมรรถภาพทางเพศ พบว่าการวิจัยในผู้ชายใช้ถั่งเช่าเป็นอาหารเสริม พบว่าช่วยเพิ่มจำนวนของสเปิร์มในอสุจิได้ 33% และมีอีกกรณีศึกษาในผู้ป่วย 189 คน ที่มีความต้องการทางเพศลดลง พบว่าถั่งเช่าสามารถช่วยทำให้อาการและความต้องการทางเพศสูงขึ้น 66%

ขอขอบคุณข้อมูล <https://www.facebook.com/PlaysThailand/?fref=nf>

#####

นำเสนอข่าวประชาสัมพันธ์ โดย บริษัท โฟร์ฮันเดรท จำกัด

รายละเอียดสอบถามเพิ่มเติม นายสิทธิกร เสงี่ยมโปรง (แปง) โทร. 096-916-3642 หรือ 02-553-3160-2