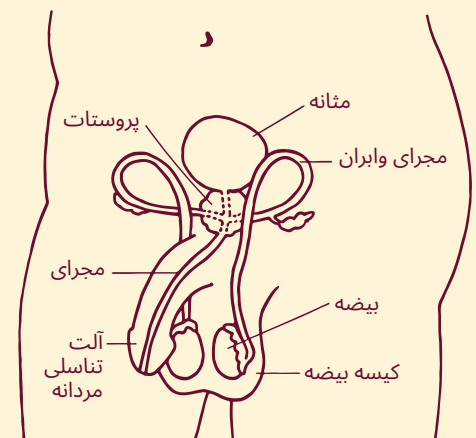


# صحت مردان

اشکالی ندارد که در مورد صحت جنسی صحبت کنیم



## دستگاه تناسلی



پروستات یک اندام تولید مثل کوچک مگر مهم در داخل بدن است.

مثانه بخشی از بدن است که ادرار (زهراَب) را در خود ذخیره می کند.

مجرای ادرار، لوله ای است که از مثانه به دهانه آلت تناسلی کشیده می شود.

نعوظ، سخت شدن آلت تناسلی مرد است.

انزال زمانی است که اسپرم (مایع سفید) از آلت تناسلی مرد بیرون می آید.

ممکن است که معلومات راجع به دستگاههای تولید مثل برای همه مردان، مانند افرادی که تراجنسیتی یا دوجنس هستند، یکجور نباشد.

بعضی از مردان ممکن است دچار آسیب ها یا ناتوانی هایی باشند که بر دستگاه تولید مثل آنها تأثیر گذاشته میتواند.

### مشکلات ادرار به شمول موارد ذیل است:

- مشکل در شروع به ادرار کردن
- آهستگی جریان ادرار کردن
- ضرورت مکرر به ادرار
- ضرورت عاجل برای تشناب رفتن و ادرار کردن
- درد یا سوزش زمان ادرار کردن
- ریختن یا چکه کردن ادرار
- تخلیه نشدن مثانه (هنوز احساس می کنید که بعد از ادرار کردن باز هم ضرورت به انجام آن دارید)
- یک داکتر در مورد این مشکلات بحث و به شما کمک کرده میتواند تا بهترین مدیریت یا تداوی را انتخاب کنید.

## تکالیف پروستات و ادرار

### تکالیف پروستات به شمول موارد ذیل است:

- کلان شدن پروستات که بر توانایی شما در ادرار کردن تأثیر گذاشته میتواند چرا که پروستات ذیل مثانه است
- درد و ورم
- سرطان پروستات. در مراحل اولیه سرطان پروستات ممکن است کدام علائم و نشانه ای بتوان دید یا احساس کرد وجود نداشته باشد

اگر شما دچار تشویش هستید یا سوالی دارید، با یک داکتر صحبت کنید. قرارها محرمانه است. شما درخواست یک ترجمان شفاهی کرده میتوانید.

## مشکلات جنسی شایع است. بیایید راجع به آنها صحبت کنیم.

مشکلات جنسی ممکن است برای مردان در هر سنی اتفاق بیفتد، مگر این مشکلات بیشتر در مردان بالای 55 سال دیده می شود.

بیایید  
راجع به آن  
صحبت  
کنیم

به داکترتان  
مراجعه کنید.

### مشکلات جنسی به شمول موارد ذیل هستند:

- قادر به نعوظ نیست یا آن را حفظ کرده نمیتواند (به آن اختلال نعوظ می گویند)
- بی علاقه گی یا علاقه کم به رابطه جنسی (فقط در صورتی که این مسئله برای شما مشکلی ایجاد کند - بعضی از افراد علاقه کمی به رابطه جنسی دارند و این کدام اشکالی ندارد)
- انزال خیلی زود اتفاق می افتد

### مشکلات جنسی می تواند نشانه سایر مشکلات صحتی باشد:

- مرض شکر (شکر زیاد در خون)
- فشار خون بالا
- کلسترول بالا (چربی در خون)
- مشکلات قلبی عروقی (قلب)
- صحت روان (استرس یا افسرده گی)

### موارد صحتی دیگر که راجع به آنها با داکتر خود صحبت کرده میتوانید:

- به بار آمدن و طفل دار شدن (اگر می خواهید طفلی داشته باشید و برایتان سخت است)
- عفونتهای مقاربتی (STIs) و رابطه جنسی ایمن
- اگر نمی خواهید طفل دیگری داشته باشید.

هرچند صحبت راجع به آن میتواند موضوع دشواری باشد مگر این مشکلات برای بسیاری از مردان اتفاق می افتد.

### از کجا کمک گرفته میتوانید:

با داکتر عمومی خود به تماس شوید یا

با 13HEALTH به شماره 13 43 25 84  
تلیفون کنید 13 43 25 84

[www.qld.gov.au/health/contacts](http://www.qld.gov.au/health/contacts)

انیمیشن های صحت جنسی و باروری  
که ذریعه: [www.health.qld.gov.au](http://www.health.qld.gov.au)

موجود است

[www.health.qld.gov.au](http://www.health.qld.gov.au)



این منبع با همکاری گروه مشاوره صحتی در زمینه فرهنگی و مشاوره جامعه تهیه شده است.

**true**  
relationships &  
reproductive health