

Misschien is het omdat ik
moe ben. Misschien is het
omdat de hond zit te kijken.
Misschien is het die enge
film. Misschien komt het
door mijn dieet. Misschien
is het de economie.
Misschien is er te veel licht.

Of misschien is het toch
iets anders.

geen
smoesjes
meer

Bespreek een erectiestoornis met uw arts!

www.geensmoesjesmeer.nl

geen smoesjes meer

Voor een erectiestoornis hoeft u zich echt niet te schamen, want het is een veel voorkomend probleem. In Nederland hebben ongeveer 800.000 mannen wel eens last van een erectiestoornis. U bent dus niet de enige! Veel mannen vinden het moeilijk om over hun erectiestoornis te praten, en wachten daarom erg lang voordat ze een arts raadplegen. En dat terwijl er tegenwoordig veel aan een erectiestoornis te doen is. Verzin geen smoesjes meer, en bespreek een erectiestoornis met uw arts!

Heb ik een erectiestoornis?

U hebt een erectiestoornis als u onvoldoende in staat bent een erectie te krijgen en/of te behouden, waardoor bevredigende seks niet altijd mogelijk is. Als het een keer niet lukt, hoeft er nog niet direct sprake te zijn van een erectiestoornis.

Wat is de oorzaak van een erectiestoornis?

Er zijn verschillende oorzaken voor het ontstaan van een erectiestoornis: lichamelijke oorzaken, psychische oorzaken en een combinatie van lichamelijke en psychische oorzaken.

Tablet in de plasbuis

De tablet in de plasbuis is een minitabiet die in de plasbuis wordt ingebracht. Deze behandeling resulteert in een erectie die 5-10 minuten na toediening ontstaat en zal ongeveer 30-60 minuten aanhouden.

Vacuümpomp

De vacuümpomp bestaat uit een kunststof cilinder die over de penis wordt geplaatst en waarbij een vacuüm ontstaat wanneer de lucht uit de cilinder wordt weggezogen. Hierdoor wordt bloed in de penis gepompt en krijgt men een erectie. Deze erectie kan gedurende ongeveer een half uur behouden blijven wanneer een afsluitende ring (vanaf de cilinder) rond de basis van de penis wordt aangebracht. De ring mag u niet langer dan een half uur laten zitten.

Erectieprothese

Deze methode wordt pas gebruikt wanneer alle bovengenoemde therapieën niet werken. Er kan dan een erectieprothese in de penis worden geïmplant. Dit is een chirurgische ingreep verricht door een uroloog. Deze maakt een snee in de penis waardoor een kunststof zwellichaam wordt ingebracht.

Iets doen aan een erectiestoornis.

Ook belangrijk voor uw partner.

Een erectiestoornis kan een groot probleem zijn in een seksuele relatie. En daarbij gaat het altijd om twee mensen. Als er geen seks meer bestaat binnen een relatie, leidt dit jammer genoeg ook vaak tot het verdwijnen van de intimiteit. Dit kan de afstand tussen de partners vergroten. Uw partner kan verkeerde conclusies trekken als: hij houdt niet meer van mij; hij heeft iemand anders; hij vindt me niet meer aantrekkelijk; ik kan hem niet meer bevredigen. Praat erover en zoek samen naar een oplossing!

Bij wie kan ik terecht?

Praat erover met uw huisarts

Voor veel mannen is het moeilijk om over hun erectiestoornis te praten. De drempel om naar de huisarts te gaan is erg hoog. Maar erectiestoornissen zijn een veel voorkomend probleem, en uw huisarts kijkt echt niet

geen smoesjes meer

Voor een erectiestoornis hoeft u zich echt niet te schamen, want het is een veel voorkomend probleem. In Nederland hebben ongeveer 800.000 mannen wel eens last van een erectiestoornis. U bent dus niet de enige! Veel mannen vinden het moeilijk om over hun erectiestoornis te praten, en wachten daarom erg lang voordat ze een arts raadplegen. En dat terwijl er tegenwoordig veel aan een erectiestoornis te doen is. Verzin geen smoesjes meer, en bespreek een erectiestoornis met uw arts!

Heb ik een erectiestoornis?

U hebt een erectiestoornis als u onvoldoende in staat bent een erectie te krijgen en/of te behouden, waardoor bevredigende seks niet altijd mogelijk is. Als het een keer niet lukt, hoeft er nog niet direct sprake te zijn van een erectiestoornis.

Wat is de oorzaak van een erectiestoornis?

Er zijn verschillende oorzaken voor het ontstaan van een erectiestoornis: lichamelijke oorzaken, psychische oorzaken en een combinatie van lichamelijke en psychische oorzaken.

Oorzaken

Bij lichamelijke oorzaken kunt u o.a. denken aan hart- en vaatziekten, diabetes (suikerziekte), zenuwaandoeningen, hormonale problemen, chronische ziekten en bijwerkingen van geneesmiddelen.

• Hart- en vaatziekten

Dit is de meest voorkomende oorzaak van het ontstaan van een erectiestoornis. Hiertoe behoren arteriosclerose (aderverkalking), hypertensie (hoge bloeddruk) en een te hoog cholesterolgehalte. Ook roken, overmatig alcoholgebruik en weinig lichaamsbeweging kunnen het probleem verergeren.

• Diabetes (suikerziekte)

Diabetes kan de zenuwen en de vaten beschadigen die de penis van bloed voorzien. Twee op de drie mannen met diabetes krijgt op termijn last van een erectiestoornis.

• Zenuwaandoeningen

Multiple sclerose en beschadiging van het ruggenmerg kunnen leiden tot een erectiestoornis.

• Hormonale problemen

Een te laag testosterongehalte kan leiden tot een erectiestoornis

• Prostaatproblemen

Veel mannen krijgen op latere leeftijd te maken met prostaatvergroting. Dit gaat meestal om een goedaardige aandoening. Wanneer het om een kwaadaardige vergroting van de prostaat gaat, wordt de prostaat meestal operatief verwijderd, waardoor er schade kan ontstaan aan de omringende zenuwen en bloedvaten. Dit kan zorgen voor een erectiestoornis. Ook andere prostaatbehandelingen zoals bestraling en hormoon kunnen een erectiestoornis veroorzaken.

• Bijwerkingen van medicijnen

Tot slot kunnen bijwerkingen van geneesmiddelen ook een nadelig effect hebben op de erectie.

Behandelingen

Bij psychische oorzaken kunt u denken aan depressie, stress, (faal)angst of relatieproblemen.

Kan een erectiestoornis worden behandeld?

Ja. Een erectiestoornis is vaak goed te behandelen. Er is steeds meer aan te doen. Belangrijk hiervoor is om het bespreekbaar te maken. Praat erover met uw partner, en met uw huisarts.

Bij het bepalen van de geschikte behandelmethodes is het wel goed om rekening te houden met uw levensstijl. Ook is het belangrijk om te weten of en hoe de behandeling invloed heeft op de relatie tussen u en uw partner. Uw arts kan u helpen de juiste remedie te kiezen.

Counseling en sekstherapie

Wanneer een psychische oorzaak van de erectiestoornis wordt vermoed, kan gesprekstherapie worden voorgesteld. Deze therapie kan helpen om seksuele problemen te identificeren, te begrijpen en ermee om te gaan. Seksuele problemen kunnen ontstaan door stress, (faal)angst en sociale druk. Specifieke technieken kunnen de stress wegnemen en de seksuele stimulatie vergroten, waardoor het weer mogelijk is plezier te hebben in seks.

Erectiepillen

Een erectiepil is een orale behandeling van erectiestoornissen. De erectiepil dient ongeveer 30-60 minuten voorafgaand aan de seksuele activiteit ingenomen te worden. Een erectiepil werkt alleen als er seksuele stimulatie is, wanneer er geen seksuele stimulatie meer is zal de erectie ook weer verdwijnen. Er zijn verschillende erectiepillen in Nederland verkrijgbaar. Deze zijn over het algemeen even effectief en veilig. Wel kunnen er verschillen bestaan in bijvoorbeeld werkingsduur (een onderscheid wordt gemaakt tussen kortwerkende en langwerkende erectiepillen).

Injectietherapie

Bij deze behandeling wordt de medicatie direct in de penis of plasbuis ingebracht. Dit gebeurt met een injectiespuit. De erectie treedt op na 10 minuten en houdt ongeveer een half uur tot een uur aan. De kwaliteit van de erectie is afhankelijk van de dosering.

vreemd op wanneer u erover begint. Lang blijven lopen met het probleem is zonde van de tijd, helemaal omdat er tegenwoordig zoveel aan te doen is.

Voordat u naar de huisarts gaat, denk er dan van te voren over na wat u wilt gaan zeggen. Hoe lang loopt u al met het probleem? Krijgt u helemaal geen erectie meer, of blijft de erectie niet lang genoeg aan? Slikt u bepaalde medicijnen, of heeft u een bepaalde aandoening die mogelijk een erectiestoornis kan veroorzaken?

Schaam u niet, en bespreek alles met uw huisarts. Op die manier kan de huisarts samen met u en uw partner op zoek naar een oplossing.

Pas op met kopen op internet!

Het bestellen van medicijnen via internet is op zich niet verboden. Maar het kan niet zomaar. Sinds de nieuwe geneesmiddelenwet is ingegaan in 2007, mogen artsen alleen geneesmiddelen voorschrijven via internet als aan drie voorwaarden is voldaan:

- De arts moet de patiënt persoonlijk hebben ontmoet
- De arts moet de patiënt kennen
- De arts kent de 'geneesmiddelengeschiedenis' van de patiënt

Vervalste erectiepillen

Vervalste medicijnen zijn ontdekt voor vele verschillende aandoeningen, waaronder erectiestoornissen (erectiele disfunctie, ED). Erectiepillen zijn geneesmiddelen die **uitsluitend op recept** verkrijgbaar zijn. Uit onderzoek van het RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) blijkt **dat meer dan 97 procent** van de erectiepillen die niet via de reguliere apotheek worden gekocht vervalsingen zijn (www.internetpillen.nl). Wilt u zeker zijn dat het 'echte' medicatie is, koop dan alleen medicijnen met een recept bij uw reguliere apotheek.

Kijk voor meer informatie over erectiestoornissen op:
www.geensmoesjesmeer.nl

NLUR000013

Deze informatie wordt u aangeboden door
Lilly Nederland.

