

Misschien komt het door de vermoeidheid.

Misschien is het de hond die ligt te kijken.

Misschien komt het door die griezelfilm.

Misschien ligt het aan wat ik eet.

Misschien is het de economische crisis.

Misschien is het door te veel licht.

Of is het misschien toch iets anders ?

www.wachtniet.be

Een sensibiliseringscampagne
rond erectiestoornissen
met de steun van de Belgian Society
for Sexual Medicine.



wacht
niet

Praat over uw erectieproblemen met uw arts.

Erectieproblemen. Wat zijn dat?

Als u regelmatig last hebt van erectiestoornissen, kan het zijn dat u lijdt aan erectiele dysfunctie (ED). Erectiele dysfunctie wordt omschreven als het blijvende onvermogen om een erectie te krijgen en aan te houden die voldoende krachtig is voor een bevredigende seksuele activiteit⁽¹⁾.

Hoe vaak komen erectieproblemen voor?

Erectieproblemen komen vaak voor. Als u denkt er last van te hebben, weet dan dat u niet alleen bent: 1 man op 3 ouder dan 40 last heeft van erectiestoornissen⁽²⁾. Meestal kunnen erectiestoornissen worden behandeld⁽³⁾.

Wat zijn de oorzaken?

Er zijn veel mogelijke oorzaken, zowel psychologische als lichamelijke, vaak zelfs een combinatie van beide⁽¹⁾. Erectiestoornissen worden soms uitgelokt door leeftijdsgebonden problemen, zoals diabetes of hoge bloeddruk⁽⁴⁾. U moet wel weten dat de kans zeer groot is dat uw erectiestoornis kan worden behandeld, ongeacht de oorzaak ervan.

Het spreekt voor zich dat alleen uw arts voor u een passende oplossing kan vinden. Aarzel dus niet er met hem over te praten.

Wat kan ik doen?

Hoe meer u weet over erectieproblemen, hoe beter. Meer weten over erectieproblemen, waar het precies over gaat, welke de mogelijke oorzaken en behandelingen zijn is een eerste stap in de goede richting. Erectieproblemen hebben weinig te maken met vermoeidheid of spanning. Misschien zijn uw erectieproblemen te wijten aan een lichamelijke oorzaak, zoals vele andere ziekten, of is het een bijwerking van een geneesmiddel dat u neemt. Is dat zo, dan zullen uw erectieproblemen niet vanzelf verdwijnen en is het belangrijk dat u erover praat met uw arts. Vergeet niet dat de meeste erectieproblemen verdwijnen met een aangepaste behandeling⁽³⁾.

Heb ik last van erectieproblemen?

U vindt hieronder een door artsen gevalideerde⁽¹⁾ en gebruikte vragenlijst die kan dienen als uitgangspunt voor een gesprek met uw arts. Op elke vraag zijn er meerdere antwoorden mogelijk. Kies het antwoord dat het best aansluit bij uw toestand. Opgelet: deze vragenlijst vervangt geen open gesprek met uw arts over uw erectiestoornissen.

V1 Hoe vaak kreeg u de afgelopen 4 weken een erectie tijdens uw seksuele activiteit?

- 1 Bijna nooit, of nooit
- 2 Zelden (duidelijk in minder dan de helft van de gevallen)
- 3 Soms (in ongeveer de helft van de gevallen)
- 4 Meestal (duidelijk in meer dan de helft van de gevallen)
- 5 Nagenoeg iedere keer of iedere keer

V2 Hoe vaak kreeg u de afgelopen 4 weken een erectie na seksuele prikkeling en hoe vaak waren uw erecties voldoende stijf om (uw partner) te kunnen penetreren?

- 1 Bijna nooit, of nooit
- 2 Zelden (duidelijk in minder dan de helft van de gevallen)
- 3 Soms (in ongeveer de helft van de gevallen)
- 4 Meestal (duidelijk in meer dan de helft van de gevallen)
- 5 Nagenoeg iedere keer of iedere keer

V3 Tijdens uw seksuele activiteiten van de afgelopen 4 weken, hoe vaak hebt u (uw partner) kunnen penetreren?

- 1 Bijna nooit, of nooit
- 2 Zelden (duidelijk in minder dan de helft van de gevallen)
- 3 Soms (in ongeveer de helft van de gevallen)
- 4 Meestal (duidelijk in meer dan de helft van de gevallen)
- 5 Nagenoeg iedere keer of iedere keer

V4 Hoe vaak hebt u de afgelopen 4 weken een erectie kunnen aanhouden na de penetratie (van uw partner)?

- 1 Bijna nooit, of nooit
- 2 Zelden (duidelijk in minder dan de helft van de gevallen)
- 3 Soms (in ongeveer de helft van de gevallen)
- 4 Meestal (duidelijk in meer dan de helft van de gevallen)
- 5 Nagenoeg iedere keer of iedere keer

V5 Hoe moeilijk was het de afgelopen 4 weken om een erectie aan te houden tot het einde van uw geslachtsgemeenschap?

- 1 Uiterst moeilijk
- 2 Zeer moeilijk
- 3 Moeilijk
- 4 Niet zeer moeilijk
- 5 Niet moeilijk

Courante vragen en antwoorden over erectieproblemen.

Hieronder vindt u enkele courante vragen en antwoorden die u een beter inzicht geven in erectieproblemen en hoe ze worden behandeld.

Zijn erectieproblemen een permanente aandoening?

Vandaag bestaat er voor de meeste erectieproblemen een behandeling⁽³⁾. U hoeft niet langer in stilte te wanhopen. Er bestaan veel behandelingen en oplossingen die deze aandoening meestal efficiënt kunnen aanpakken.

Het spreekt voor zich dat alleen uw arts de oplossing kan voorstellen die het best bij u past. Aarzel niet hierover met hem te praten.

Hoe praat u over erectieproblemen?

Artsen hebben niet alleen een grote ervaring in de behandeling van seksuele problemen bij mannen. Ze hebben ook toegang tot informatie over de meest recente behandelingen hiervoor. U moet weten dat miljoenen mannen last hebben van erectieproblemen. U bent heus niet alleen en daarom moet u niet aarzelen erover te praten met uw arts. Wees zo open en eerlijk mogelijk met uw arts. Zo krijgt u de beste oplossing voor uw individueel probleem. Bent u een vrouw en denkt u dat uw partner lijdt aan erectiele dysfunctie, probeer hem gerust te stellen, wees positief en gevoelig en zo nuttig mogelijk te zijn. Erectieproblemen komen vaak voor: als dat bij uw partner ook zo is, weet dan dat hij niet alleen is en dat u hem kunt helpen. Uit onderzoek is gebleken dat wanneer de partner betrokken is bij een behandeling van erectiestoornissen, de man meer geneigd zal zijn om de behandeling te volgen⁽⁶⁾.

Welke stappen moet men zetten om hulp te zoeken bij erectiele dysfunctie?

Maak een afspraak met uw arts. Het is zeer belangrijk dat u deze eerste stap zet. Miljoenen mannen hebben dit reeds u al gedaan en hebben erover gepraat met hun arts.

Bespreek de verschillende behandelingsopties.

Er bestaan verschillende behandelingen.

- Orale behandelingen
- Andere behandelingen : intracaverneuses injecties, vacuümpompen, heelkundige ingreep.

Bespreek de voordelen en de nadelen van de verschillende beschikbare behandelingen. Zo kunt u samen beslissen welke behandeling het best bij u past.

Wat zijn nepegeneesmiddelen?

Een geneesmiddel wordt omschreven als een nepegeneesmiddel wanneer bepaalde componenten ervan onecht zijn. Het kan gaan over de verpakking, de informatie over de herkomst of, zoals meestal het geval is, de ingrediënten. Het gebeurt dat nepegeneesmiddelen geen enkele van de stoffen bevatten die een écht geneesmiddel actief maken. Soms bevatten ze te veel of te weinig van die stoffen. Soms bevatten ze ook andere stoffen, die gevaarlijk kunnen zijn voor de patiënt⁽⁶⁾. De beste manier om nepegeneesmiddelen te vermijden, is uw geneesmiddelen te kopen bij een erkende apotheek.

Waar vind ik meer informatie over erectieproblemen?

Voor meer informatie over erectieproblemen kunt u terecht op de website www.wachtniet.be. Advies vindt u bij uw arts.

De problemen zijn bij iedereen verschillend. Alleen uw arts kan u een passende behandeling aanbevelen. Lees even deze brochure en neem ze mee wanneer u bij uw arts langsgaat.

1. Miller T. Diagnostic evaluation of erectile dysfunction. Am Fam Physician, 2000; 61:95-104.
2. Mak R. Prevalence and correlates of erectile dysfunction in a population-based study in Belgium. Eur Urol 2020; 41:132-8.
3. Lobb-Rossini K. Erectile dysfunction and its management. Journal of Community Nursing Online 1999;13 (10):1-8.
4. Giuliano F. et al. Prevalence of erectile dysfunction among 7689 patients with diabetes or hypertension, or both. Urology 2004; 64(6) : 1196-1201
5. Riley A. The role of the partner in erectile dysfunction and its treatment . Int J Impot Res. 2002 Feb;14 Suppl 1:S105-9
6. www.jdsu.com/product-literature/pharmaceutical-white-paper.pdf