

Für die schönsten Momente zu zweit

Kleiner Leitfaden bei erektiler Dysfunktion

- Welche Informationen sind jetzt für Ihren Arzt wichtig?
- Wie sprechen Sie am besten mit Ihrem Partner?



Ein Service von

HENNIG ARZNEIMITTEL GmbH & Co. KG

Liebigstr. 1-2 · 65439 Flörsheim am Main · www.hennig-am.de

Fragen und Antworten

Erektionsstörungen können vielfältige Ursachen haben. Die gute Nachricht ist, dass die meisten Erektionsstörungen behandelt werden können. Für Ihren Arzt ist es bei der Wahl der Therapie hilfreich, wenn Sie ihm so viele Informationen wie möglich über Ihre Grunderkrankungen, die von Ihnen eingenommenen Medikamente, Ihren Lebensstil und Ihre Beziehungssituation geben können. Die folgenden Fragen liefern einen Anhaltspunkt, was alles wichtig sein kann.

Binden Sie am besten Ihren Partner bei der Beantwortung der Fragen mit ein. Bei erektiler Dysfunktion geht es auch immer um Sie beide als Paar. Sie sollten über Ihre Gefühle und Wünsche sprechen und am Ende gemeinsam eine Therapieentscheidung tragen. Ihr Arzt unterstützt Sie dabei.

Bei einer medikamentösen Therapie sind die sogenannten PDE-5-Hemmer die Mittel der Wahl, um Erektionsstörungen zu behandeln.

Erkrankungen und Medikamente

Leiden Sie an einer bestimmten Grunderkrankung?

Nein

Ja

- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Bluthochdruck
- Arteriosklerose
- Diabetes mellitus
- Hormonstörungen
- Multiple Sklerose

Parkinson

Krebserkrankung

andere: _____

Nehmen Sie regelmäßig Medikamente ein?

Nein

Ja, und zwar: _____

Arbeit und Lebensstil

Was trifft auf Sie zu?

- Ich stehe unter beruflichem Stress.
- Ich fühle mich häufig überfordert.
- Mich belastet eine Situation im privaten Umfeld.
- Ich kann schlecht schlafen.
- Ich treibe keinen oder nur selten Sport.
- Ich rauche.
- Ich trinke regelmäßig größere Mengen Alkohol.

Platz für Notizen:

Beziehung und Sex

Bei diesen Fragen ist es besonders wichtig, dass Sie diese gemeinsam mit Ihrem Partner besprechen.

Wie äußert sich die Erektionsstörung?

Wirkt sich die Erektionsstörung belastend auf Ihre Beziehung aus?

Ist Sex ein wichtiger Bestandteil für Ihre Beziehung?

Wie denkt Ihr Partner über die sexuellen Schwierigkeiten?

Wie oft möchten Sie gerne sexuell aktiv sein?

Haben Sie Sex zu bestimmten Zeiten, vor allem am Wochenende oder im Urlaub?

Ist es Ihnen wichtig, spontan Sex haben zu können?

Oder können Sie den Zeitpunkt genau im Voraus planen?

Platz für Notizen und Fragen an den Arzt:

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
---	---

Im Gespräch bleiben

Über Erektionsstörungen mit dem Partner zu sprechen ist sicher nicht leicht. Viele betroffene Männer ziehen sich lieber zurück und verdrängen das Problem. Was viele vielleicht nicht wissen: Auch der Partner kann unter der Situation leiden und sich zurückgewiesen oder sogar schuldig fühlen. Ein offenes Gespräch ist daher wichtig, um die Situation des anderen besser zu verstehen und einen gemeinsamen Weg zurück zu einem unbeschwertem Liebesleben zu finden. Mit den folgenden Tipps wird es Ihnen leichter fallen, mit Ihrem Partner über die Erektionsprobleme zu sprechen.



- Wählen Sie einen Zeitpunkt, bei dem Sie beide nicht unter Zeitdruck stehen. Ein Gespräch zwischen Tür und Angel macht wenig Sinn. Sie sollten sich ausreichend Zeit nehmen, um alle Fragen ausführlich besprechen zu können.
- Die Atmosphäre sollte ruhig und möglichst entspannt sein, zum Beispiel nach einem gemeinsamen Abendessen zu Hause oder bei einem Sonntagsspaziergang.
- Stellen Sie am besten Ihre Telefone leise und schalten Sie, falls in der Nähe vorhanden, Geräte wie Radio, Computer oder Fernseher aus. So können Sie sich voll und ganz aufeinander konzentrieren und werden nicht abgelenkt.
- Seien Sie ehrlich zueinander und sprechen Sie alle Sorgen und Ängste an. Zeigen Sie Verständnis füreinander, hören Sie dem anderen gut zu und gehen Sie auf aufeinander ein.
- Konzentrieren Sie sich bei dem Gespräch allein auf das Thema Erektionsstörungen. Versuchen Sie nicht, noch weitere Schwierigkeiten in der Beziehung bei dieser Gelegenheit anzusprechen. Dann verzetteln Sie sich nicht und kommen ihrer eigentlichen Problemlösung ein großes Stück näher.

Falls Sie feststellen, dass die Erektionsprobleme in der Partnerschaft selbst verwurzelt sind, scheuen Sie sich nicht, gegebenenfalls auch Hilfe von einem Paartherapeuten in Anspruch zu nehmen.