

Keine Sorge, es gibt schnelle Hilfe.

Fest steht: Es bringt gar nichts, einfach nur abzuwarten. Je früher die Behandlung einsetzt, desto besser – eventuell kann es sogar sein, dass die Erektionsstörung der erste Hinweis auf eine Herz-Kreislauf-Erkrankung oder Diabetes ist. Deshalb sollten Sie länger anhaltende Erektionsprobleme nicht auf die leichte Schulter nehmen und den Besuch bei einem Arzt Ihres Vertrauens keinesfalls aufschieben. Er kennt sich mit Erektionsstörungen aus und kann Ihnen bestimmt schnell helfen. Denn heute stehen Medikamente zur Verfügung, die einfach anzuwenden sind und gut wirken. Und die bei vielen Patientengruppen, ungeachtet der vielfältigen Ursachen für Erektionsstörungen, große Wirksamkeit zeigen. Gerade die effektiven und einfachen Behandlungsmöglichkeiten sollten Ihnen jede Scheu nehmen, Ihre Partnerin ins Vertrauen zu ziehen. Nehmen Sie sich die Zeit und führen Sie ein offenes Gespräch. Und erklären Sie, dass Sie dank medizinischer Hilfe gute Chancen haben, schnell und zuversichtlich den Augenblick der Lust miteinander teilen zu können.

www.jetzt-lieben.de

Überreicht durch:

Weitere Informationen und Erfahrungen zum Thema bekommen Sie hier:



Deutsche Gesellschaft für
Mann und Gesundheit e.V.

Geschäftsstelle
Alte Ziegelei 2-4
51491 Overath
Tel: 02204-9731-333
www.mann-und-gesundheit.com

Zentrum für Partnerschaft
und sexuelle Gesundheit (ZPSG)
Bödekerstr. 65
30161 Hannover
Tel. 0511-357797-0
Fax 0511-357797-11
www.zpsg.de

Selbsthilfegruppe Erektile
Dysfunktion (Impotenz)
Weiherweg 30A
82194 Gröbenzell
Tel. 08142-597099
Fax 01212-601061943
www.impotenz-selbsthilfe.de

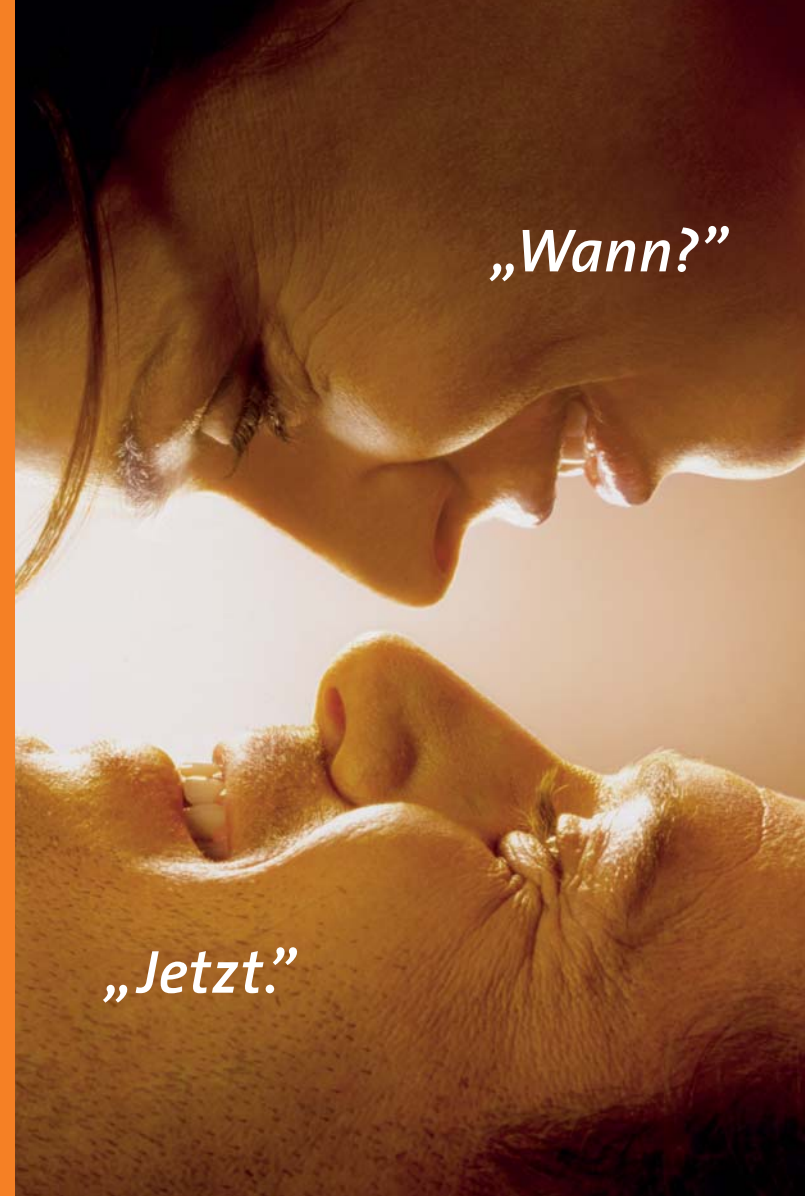
Informationszentrum für
Sexualität und Gesundheit
(ISG) e.V.
Geschäftsstelle c/o
Uniklinik Freiburg
Hugstetterstr. 55
79106 Freiburg
Tel. 0761-270-2701
Fax 0761-270-2745
www.isg-info.de

Internetportal für Medizin
und Gesundheit
www.onmeda.de

Lifeline – Gesundheit
im Internet
www.lifeline.de

und auf
www.jetzt-lieben.de

Art. Nr. 3998275



So spontan wie die Liebe –
schnelle Hilfe bei Erektionsstörungen.



Das Geheimnis einer
glücklichen Liebesbeziehung?

Spontan auf die Wünsche des Anderen eingehen zu können.

In einer intensiven Beziehung empfinden Sie ein tiefes Gefühl der Geborgenheit. Sie verstehen Ihre Partnerin und deren Wünsche – und ebenso ist es umgekehrt. Sie geben, und Sie bekommen – Aufmerksamkeit, Lebensfreude, Emotion. Sie finden Ihren Partner attraktiv. Anziehend. Liebenswert. Deshalb nimmt das Liebes-Leben in einer Partnerschaft eine bedeutende Rolle ein. Dabei ist es für beide wichtig, auf die Wünsche des Anderen einzugehen. **Je spontaner, desto besser – in dem Augenblick, in dem die Liebe kommt.** Was aber, wenn Sie wollen – und es klappt nicht? Dies kann zu emotionalen Problemen in der Partnerschaft führen.



Sie können nicht so auf Ihre Partnerin
eingehen, wie Sie möchten?

Jetzt ist es Zeit für ein offenes Wort.

Rund fünf Millionen Männer in Deutschland sind von Erektionsstörungen betroffen. Die Folge ist, dass die Sexualität in der Partnerschaft nicht mehr stattfindet. Die wenigsten unter ihnen sprechen darüber, sondern versuchen, das Problem mit Ausreden zu verdrängen. Oftmals ziehen sich diese Männer zurück und verzichten lieber völlig auf ein Sexualeben. Leider senden Sie damit auch falsche Signale an die Partnerin aus. Sie empfindet den Rückzug als Ablehnung: Weitere Missverständnisse sind vorprogrammiert. Wichtig für Männer ist es hier, das richtige Zeichen zu setzen – durch ein offenes Gespräch mit der Partnerin. Und durch ein Gespräch mit Ihrem Arzt. Denn er kennt schnelle Hilfe gegen Erektionsstörungen. Es gibt also keinen Grund, zu zögern.



Was, wenn die Erektion
nicht zustande kommt?

Ein Thema, das man nicht auf die lange Bank schieben sollte.

Die Erektion ist eine ganz natürliche Reaktion auf sexuelle Reize und ermöglicht den Geschlechtsverkehr – meist bis zur Ejakulation. Doch nicht immer läuft dieser Prozess so ab, wie die Natur ihn vorgesehen hat. So kann es passieren, dass die Erektion nicht zustande kommt. Oder sie kann nicht solange aufrecht erhalten werden, dass sie für einen befriedigenden Geschlechtsverkehr ausreicht. Wenn das „mal passiert“, muss dies noch kein Grund zur Sorge sein. Geschieht dies jedoch häufiger und über einen längeren Zeitraum, spricht der Arzt von „Erektile Dysfunktion“ (ED). Dann handelt es sich um ein Leiden, von dem viele Männer betroffen sind. Klar belegt ist in der medizinischen Forschung, dass Erektionsprobleme mit zunehmendem Alter und unter Stress verstärkt auftreten. Neue Studien besagen, dass 20% aller Männer im Alter zwischen 40 und 70 Jahren an Erektionsstörungen leiden.



Was ist die Ursache für
Erektionsstörungen?

Erektionsstörungen sind meist organisch bedingt.

Die Ursachen für eine Erektionsstörung können sehr vielfältig sein. Die Annahme, dass hauptsächlich psychische Gründe zu Potenzproblemen führen, ist durch die Forschung längst widerlegt. Heute suchen Ärzte bei Patienten mit Erektionsstörungen zunächst körperliche Ursachen. Und sie werden in der Regel auch fündig. Zumeist sind sie auf Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems zurück zu führen, die häufig als Folge von Risikofaktoren (z.B. Zuckerkrankheit, hoher Blutdruck, Störungen des Fett- oder Hormonstoffwechsels) auftreten. Darüber hinaus können Operationen im Beckenbereich aber auch Stress, Alkoholmissbrauch, Tabakkonsum und Nebenwirkungen von Medikamenten zu Erektionsstörungen führen. Rund 70% der Erektionsstörungen lassen sich nach heutigen Erkenntnissen auf organische Faktoren (z.B. Arterienverengungen) zurückführen. Aber natürlich können auch Stress oder Angst die Ursache sein.



Erektionsstörung – und nun?

Machen Sie den Männer-Gesundheitstest.

Wenn es Ihnen schwer fällt, Ihren Arzt offen auf das Thema ED anzusprechen, hilft Ihnen dieser Selbsttest weiter. An diesem können Sie sich auch in einem vertrauensvollen Gespräch orientieren. Oder Sie nehmen das Ergebnis des Testes mit zu Ihrem Arztbesuch. Das erleichtert Ihnen gleich den Einstieg in das Gespräch.

Der Test gibt Ihnen einen ersten Anhaltspunkt, ob Sie an einer Erektionsstörung leiden, die behandelt werden muss. Die Fragen beziehen sich auf Ihr Sexualleben in den letzten sechs Monaten. Lassen Sie bitte keine Frage aus. Jede Frage lässt nur eine Antwort zu.

1 Wie zuversichtlich sind Sie, eine Erektion zu bekommen und aufrecht erhalten zu können?

- Sehr wenig (1) Ziemlich (4)
Wenig (2) Sehr (5)
Unentschieden (3)

2 Wenn Sie bei sexueller Stimulation Erektionen hatten, wie oft waren Ihre Erektionen hart genug, um in ihre Partnerin einzudringen?

- Keine sexuelle Stimulation (0)
Fast nie oder nie (1)
Selten (viel weniger als die Hälfte der Versuche) (2)
Manchmal (etwa die Hälfte der Versuche) (3)
Meistens (viel mehr als die Hälfte der Versuche) (4)
Fast immer oder immer (5)

3 Wie oft waren Sie beim Geschlechtsverkehr in der Lage, Ihre Erektion aufrecht zu erhalten, nachdem Sie in Ihre Partnerin eingedrungen waren?

- Ich habe keinen Geschlechtsverkehr versucht (0)
Fast nie oder nie (1)
Selten (viel weniger als die Hälfte der Zeit) (2)
Manchmal (etwa die Hälfte der Zeit) (3)
Meistens (viel mehr als die Hälfte der Zeit) (4)
Fast immer oder immer (5)

4 Wie schwierig war es, beim Geschlechtsverkehr Ihre Erektion bis zum Ende des Geschlechtsverkehrs aufrecht zu erhalten?

- Ich habe keinen Geschlechtsverkehr versucht (0)
Äußerst schwierig (1)
Sehr schwierig (2)
Schwierig (3)
Ein bisschen schwierig (4)
Nicht schwierig (5)

5 Wenn Sie versuchten, Geschlechtsverkehr zu haben, wie oft war er befriedigend für Sie?

- Keine sexuelle Stimulation (0)
Fast nie oder nie (1)
Selten (viel weniger als die Hälfte der Versuche) (2)
Manchmal (etwa die Hälfte der Versuche) (3)
Meistens (viel mehr als die Hälfte der Versuche) (4)
Fast immer oder immer (5)

Punktezahl aus Frage 1 bis 5:

Frage 1 Frage 2 Frage 3 Frage 4 Frage 5
Summe

Wenn Sie weniger als 22 Punkte erzielen, zeigen Sie Anzeichen für Erektionsstörungen. Bitte sprechen Sie Ihren Arzt gezielt darauf an.