Behandelmogelijkheden bij erectiestoornissen

Patienten informatie Urologie

Behandelmogelijkheden bij erectiestoornissen

Inleiding

Erectiestoornis komt vaak voor. We spreken van erectiestoornis als een man geen stijve penis kan krijgen of als de penis weer snel slap wordt. Er zijn verschillende oorzaken voor dit probleem. Psychische spanningen kunnen een rol spelen. Maar ook te weinig bloed dat naar de penis stroomt of dat het bloed te snel weer wegstroomt uit de zwellichamen in de penis spelen een rol. Beschadiging van zenuwen naar de penis kan ook erectiestoornisen veroorzaken. Veel mannen ervaren een erectiestoornis als vervelend. Zij voelen vaak dat ze hun partner tekort doen.

Algemeen

Een erectiestoornis kan er voor zorgen dat je je niet meer vrij en ontspannen voelt tijdens het t lukt. Het kan uw zelfvertrouwen verminderen en dit kan gevolgen hebben op de relatie met uw partner. U denkt misschien dat u de enige bent met dit probleem, maar dat is niet zo. Meer dan 60% heeft regelmatig of altijd moeite om een stijve penis te krijgen of te houden. Deze problemen kunnen op verschillende manieren voorkomen en hangen vaak af van de situatie.

Hoe ontstaat een erectie?

Bij seksuele opwinding komen er stoffen vrij in uw hersenen. Die sturen signalen via uw zenuwen naar de penis. Hierdoor stroomt er meer bloed via de slagaders naar de penis. Op dat moment voeren de aders tijdelijk geen bloed af. Er stroomt dus meer bloed naar de penis toe, dan dat er bloed uit de penis stroomt. Hierdoor wordt de penis stijf.

Lichamelijke oorzaken

Er is iets niet goed met uw bloedvaten. Heeft u af en toe een in de nacht een goede stijve penis of in de ochtend? Dan zijn uw bloedvaten in orde. Bij sommige operaties, zoals aan de rug, buik en aan prostaat kunnen zenuwen beschadigd zijn. Soms kunnen ziekten en medicijnen invloed hebben op de stijve penis, zoals:

- suikerziekte;
- ziekten van de hersenen of zenuwbanen;
- hart- en vaatziekten;
- hoge bloeddruk;
- ziekten van de nieren;
- infecties bij urinewegen of geslachtsorganen;
- een trauma aan het kleine bekken;
- roken, drugsgebruik, overmatig alcoholgebruik, te weinig lichaamsbeweging en overgewicht.

Psychische oorzaken

Het ontstaan van een erectie hangt niet alleen af van lichamelijke factoren, maar ook van psychische factoren.

- Als u zich zorgen maakt over veranderingen die horen bij het ouder worden.
- Bent u bang dat u niet kunt presteren of dat de gemeenschap niet lukt?
- Stress in het dagelijks leven, bijvoorbeeld door zorgen over werk, geld en kinderen.
- Soms spelen in een relatie tussen een man en een vrouw de lichamelijke veranderingen van de vrouw een rol. Door de overgang kan vrijen pijnlijker zijn voor de vrouw. U kunt dan bijvoorbeeld bang zijn haar pijn te doen.
- Belangrijke gebeurtenissen in uw leven, zoals een scheiding, overlijden van de partner of een nieuwe partner.

Mogelijke behandelingen

1. praten met een psycholoog of seksuoloog
2. erectiemedicijnen: PDE5-remmers
3. intra-urethrale zetpillen
4. crèmes
5. injecties
6. elastische ring
7. vacuümpomp
8. erectieprothese

Behandelingen bij erectiestoornissen

1.Psychoseksuele behandeling

Bij de psychoseksuele behandeling kijken therapeuten naar de mogelijke psychische oorzaken. Ook bespreken ze hoe beide partners hiermee omgaan. Er zijn verschillende vormen: individuele therapie, groepstherapie en partnerrelatietherapie. Vooral de laatste therapie wordt veel gebruikt. Uw partner is dan direct betrokken bij de behandeling. Ze zoeken naar manieren om het vastgelopen seksuele patroon om te buigen naar een nieuw tevreden patroon. Bij deze behandeling geven ze bijvoorbeeld streeloefeningen. Het vrijen kan weer ontspannen verlopen. De aandacht is dan minder gericht op de geslachtsorganen en het gevoel daarmee te moeten presteren. In de behandeling is veel aandacht voor de verschillende (negatieve) gedachten die een rol spelen bij het vrijen. Soms is er een tijdelijk verbod om met elkaar te vrijen. In de gesprekken met de De seksuoloog gaat tijdens de gesprekken in op de communicatie met je partner en bespreken ze de huiswerkopdrachten. Therapie voor paren heeft over het algemeen een goed resultaat, zeker in combinatie met hulpmiddelen. De huiswerkoefeningen vinden natuurlijk niet plaats in het bijzijn van de behandelaar maar in de eigen thuissituatie.

2. Erectie medicijnen

Viagra

De werking van Viagra

Als de uroloog u Viagra heeft voorgeschreven is één punt erg belangrijk. Namelijk seksuele prikkeling. Zonder deze prikkeling geeft Viagra niet het gewenste resultaat. Door een seksuele prikkeling maakt het mannelijk lichaam twee stofjes aan. Één stofje brengt de toevoer van bloed naar de penis op gang. Daardoor zetten de zwellichaampjes in de penis uit. Hierdoor ontstaat er een stijve penis. Het andere stofje laat de toevoer van het bloed teruglopen uit de penis. De werkzame stof in Viagra, Sildenafil, zorgt ervoor dat het tweede stofje niet goed werkt. De stijve penis blijft dan aanwezig. Let wel dit kan dus nooit zonder een seksuele prikkeling. De prikkeling kan in verschillende vormen plaatsvinden. Bijvoorbeeld een aantrekkelijke vrouw/man of een film waarbij mensen aan het vrijen zijn. Na het innemen van Viagra duurt het ongeveer 30 minuten voordat het werkt. Het werkt ongeveer drie à zes uur. Viagra is geen drug maar een merknaam van een middel dat de bloedtoevoer naar de penis op gang brengt. Daardoor ontstaat er makkelijker een stijve penis. Viagra werkt niet op de hersenen. Je voelt je na gebruik dus niet opgewekt of meer relaxt. Ook word je niet opgewonden van deze erectiepil.

Hoe te gebruiken

- Slik de tablet op een niet te volle maag (dan duurt het langer voor hij werkt).
- Als je na een uur nog niets merkt, dan werkt het middel niet. Neem niet zomaar meerdere pillen, dit kan gevaarlijk zijn.

- Innemen: met een glas water ongeveer 1 uur voor de seksuele activiteit.
- Hoeveelheid: gebruik Viagra niet vaker dan 1 keer per dag.
- Hoeveelheid per week: gebruik Viagra niet vaker dan 3 x per week om bijwerkingen te voorkomen.

Bijwerkingen

Bijwerkingen kunnen zijn blozen, verstopte neus, hoofdpijn, ook kun je misselijk en duizelig worden.

Viagra niet gebruiken

- bij hart problemen;
- oogafwijking retinitis pigmentosa;
- als een arts heeft afgeraden te vrijen;
- wanneer je kortgeleden een hartaanval of beroerte hebt gehad;
- bij andere medicijnen die nitriet of nitraat bevatten.

Voorzichtig zijn met Viagra bij

- sikkelcelanemie;
- maagzweer;
- multipel myeloom;
- leukemie;
- hemofilie;
- ziekte aan de penis.

Viagra en alcohol samen gebruiken?

- Het gelijktijdig gebruik van erectiemiddelen die sildenafil bevatten (Viagra) en alcohol raden we af. Een enkel wijntje of borreltje vooraf of tijdens is mogelijk, maar meer kan de werking van je erectiepil beïnvloeden. Alcohol verdunt het bloed en kan het bloed verminderen

dat in de penis blijft.
- Viagra verwijdt de bloedvaten.
- Het kan zijn dat alcohol en Viagra samen duizeligheid en lage bloeddruk teweegbrengen.

Viagra is verkrijgbaar in 25 mg, 50 mg, 100 mg.

Cialis

De werking van Cialis

Cialis werkt tot wel 24 tot 48 uur en staat bekend als de weekendpil. Je kunt Cialis veel eerder innemen. Het advies is één keer per dag. Dit geeft veel meer ruimte voor spontaniteit. Werkzame stof is Tadalafil. Door seksuele prikkeling komen er stoffen vrij in de penis die een bloedvatverwijding activieren. Tadalafil remt de afbraak van deze bloedvat verwijdende stoffen. Ze blijven daardoor langer in grotere hoeveelheden aanwezig in de penis. De penis kan hierdoor beter stijf worden en blijft ook langer stijf. Voor de werking is ook de seksuele prikkeling nodig. De werking begint na ongeveer een half uur en bereikt een maximum na ongeveer twee uur. Tot 36 uur na de inname van het tablet kunt u gemakkelijker bij seksuele prikkeling een erectie krijgen.

Bijwerkingen

Bijwerkingen kunnen zijn hoofdpijn en maagklachten. Minder vaak gemelde bijwerkingen zijn spierpijn, licht blozen, buikpijn, misselijk, opvliegers, wazig zien, duizeligheid, verstopte neus.

Cialis niet gebruiken

- bij hartproblemen;
- oogafwijkingen / oogzenuwlijden;
- lage bloeddruk of bij hoge bloeddruk die niet onder controle is;
- onlangs een beroerte heeft gehad;
- ook niet geschikt voor mannen die worden behandeld aan lever en nieren;
- andere geneesmiddelen die nitriet of nitraat bevatten.

Cialis is verkrijgbaar in 5 mg, 10 mg, 20 mg.

Vergoedingen Viagra en Cialis

In Nederland is het alleen mogelijk om Viagra en Cialis te kopen op vertoon van een officiëel recept en dat dan alleen bij de apotheek. Erectieproblemen komen veel voor en je hoeft je er niet voor te schamen om dit met je arts te bespreken tmet als doel een recept uit te schrijven. Wel is het zo dat zorgverzekeraars dit soort middelen meestal niet vergoeden. Je koopt en betaald ze meestal zelf. Maar er zijn enkele uitzonderingen waar je via een aanvullend zorgpakket een uitgebreide vergoeding krijgt. Wilt u hier meer duidelijkheid over raden wij u aan de "Zorgwijzer" te raadplegen of contact op te nemen met uw zorgverzekering.

Levitra

De werkzame stof is Vardenafil. Dit medicijn zorgt dat de penis beter stijf wordt en ook langer stijf blijft.

Hoe te gebruiken

De medicatie gaat werken na een half uur tot één uur na inname en bij seksuele prikkeling. Hij werkt tot ongeveer vier à vijf uur. Niet vaker innemen dan één keer per dag.

Bijwerkingen

Hoofdpijn, buikpijn, misselijkheid, opvliegers, spierpijn, verstopte neus, duizelig of wazig zien. Als u misselijk wordt, kunt u de tablet met wat voedsel innemen. U heeft dan minder last van misselijkheid. Neem dan de tablet één tot twee uur voor de seks in, omdat het lichaam de werkzame stof minder snel opneemt als er ook voedsel in uw maag zit.

Autorijden

U mag geen auto besturen als u wazig of duizelig bent.

Alcohol

Gebruik matig alcohol omdat dit de werking van het medicijn kan beïnvloeden.

Levitra niet gebruiken

- in combinatie met bepaalde antibiotica;
- medicatie tegen schimmelinfecties;
- bloedvatverwijders met nitraat;
- medicijnen tegen een vergrote prostaat (bloeddruk kan dan tijdelijk dalen).

Levitra is verkrijgbaar in 5mg, 10mg, 20mg.

3. Muse (intra-urethrale zetpil)

De werkzame stof is alprostadil

Dit is een medicijn die je in de urineleider kunt toedienen. Bij deze behandeling wordt een kleine zetpil via een applicator in de urineleider ingebracht. De zetpil lost op nadat deze is ingebracht. De bloedtoevoer naar de penis neemt toe en er ontstaat een erectie.

Hoe te gebruiken

Het is belangrijk voor de patiënt om te plassen voor toediening, omdat een vochtige plasbuis de toediening van MUSE gemakkelijker maakt en essentieel is om het medicijn op te lossen. Om MUSE toe te dienen, verwijdert u de beschermkap van de MUSE-applicator, strekt u de penis tot de volledige lengte uit en steekt u de applicatorstam in de plasbuis.. Druk op de applicatorknop om de medicatie uit de applicator te verwijderen. Daarna verwijdert u de applicator uit de plasbuis. (door de applicator voorzichtig te wiegen voordat u de applicator verwijdert, zorgt u ervoor dat de medicatie van de applicatorstam wordt gescheiden). Rol de penis minstens tien seconden tussen de handen om ervoor te zorgen dat de medicatie voldoende wordt verdeeld langs de wand van de urethra. Als u een een branderig gevoel voelt, kan het helpen om de penis nog eens 30 tot 60 seconden te rollen of totdat het branderig gevoel afneemt. De erectie ontwikkelt zich binnen vijf à tien minuten na toediening en duurt ongeveer 30-60 minuten. Na toediening van MUSE is het belangrijk om ongeveer tien minuten te zitten, of bij voorkeur te staan of te lopen terwijl de erectie zich ontwikkelt.

Het is niet aan te raden om meer dan twee doses te gebruik en in een periode van 24 uur. Ook is het niet aan te raden om meer dan zeven doses te gebruiken in een periode van zeven dagen. De voorgeschreven dosering mag niet worden overschreden.

Ongeveer 80% van het door MUSE geleverde alprostadil wordt binnen tien minuten door het urethrale slijmvlies opgenomen.

Hij moet bewaard worden in de koelkast. Op kamertemperatuur gebruiken.

Niet gebruiken

- Patiënten met anatomische vervorming van de penis, zoals stenose van de distale urethra, ernstige hypospadie, ernstige kromming, balanitis, acute of chronische urethritis, angulatie, cavernosale fibrose of de ziekte van Peyronie.
- Patiënten met aandoeningen die hen vatbaar kunnen maken voor priapisme, zoals heimweecelanemie of eigenschap, trombocythaemie, polycythaemie, multipel myeloom of leukemie; aanleg voor veneuze trombose, of een voorgeschiedenis van recidiverend priapisme.
- Patiënten voor wie seksuele activiteit af te raden of gecontra-indiceerd is, zoals mannen met instabiele cardiovasculaire of onstabiele cerebrovasculaire aandoeningen.
- MUSE mag niet worden gebruikt als de vrouwelijke partner zwanger is of kan zijn, tenzij het paar een condoombarrière gebruikt.
- MUSE is niet bedoeld voor gelijktijdige toediening met een ander middel voor de behandeling van erectiestoornissen.

Bijwerkingen

Bijwerkingen kunnen zijn: pijn in de penis, pijn of branderig gevoel in de urineleider, bloed uit de urineleider, duizeligheid, lage bloeddruk. Priapisme (erectie langer dan 3 uur) kan optreden na toediening van MUSE. Als dit voorkomt neem dan meteen contact op met de uroloog, de verpleegkundig consulent urologie of eerste hulp. Dit kan de penis en de bloedvaten beschadigen.

4. Vitaros (crème)

Deze crèmes zijn beschikbaar in de vorm van applicator voor eenmalig gebruik.

Hoe te gebruiken

Op het uiteinde van de penis moet een druppel worden aangebracht. De alprostadil in de crème zorgt ervoor dat de bloedvaten zich verwijden. Daardoor neemt de bloedtoevoer naar de penis toe en ontstaat er een erectie. De crème werkt binnen vijf à 30 minuten na het aanbrengen. Hij werkt ongeveer één à drie uur. Gebruik Vitaros niet in combinatie met andere medicijnen voor erectiestoornissen. Breng Vitaros niet meer dan twee à drie keer per week aan en slechts één keer binnen 24 uur.

Bijwerkingen

Bijwerkingen kunnen zijn: irritatie, een branderig gevoel of jeuk rond de eigen genitaliën of die van de partner, duizeligheid, vochtophoping in de penis. De meeste bijwerkingen verdwijnen na een aantal uren.

Niet gebruiken

- Als u onderliggende stoornissen heeft zoals een daling van de bloeddruk als u van een liggende/zittende positie overgaat naar een staande positie, als u een hartaanval heeft gehad, en als u last heeft van duizeligheid.
- Als u allergisch bent voor alprostadil of voor een van de andere stoffen in dit geneesmiddel.
- Als u een aandoening heeft die zou kunnen resulteren in een langdurige erectie, of een aandoening zoals sikkelcelanemie of neiging tot sikkelcelvorming, trombocytose, polycytemie of multipel myeloom, of leukemie.
- Als u een afwijkend gevormde penis heeft.
- Als u een ontsteking of infectie van de penis heeft.
- Als u vatbaar bent voor veneuze trombose.
- Als u een hyperviscositeitsyndroom heeft dat zou kunnen resulteren in een langdurige erectie.
- Als u is gezegd geen seks te hebben vanwege gezondheidsredenen zoals hartproblemen of een recente beroerte.
- Als uw partner zwanger is, borstvoeding geeft of kinderen kan krijgen, tenzij u een condoombarrière gebruikt.

Autorijden

Door Vitaros kunt u duizelig worden of flauwvallen. Rijd geen auto en bedien geen machines binnen één tot twee uur na toediening.

Vitaros bewaart u in de koelkast. Op kamertemperatuur gebruiken. Direct gebruiken zodra het geopend is, ongebruikt gedeelte weggooien.

Vitaros is verkrijgbaar in twee doseringssterktes, van 200 en 300 microgram alprostadil in 100 mg crème

5. Injecties

Androskat

Werkzame stof: fentolamine met papaverine.

Fentolamine verwijdt de bloedvaten in de penis. Papaverine is een spierverslapper. Samen verbeteren ze de bloedtoevoer naar de penis, zodat een erectie ontstaat.

Hoe te gebruiken

Vlak voor de seks spuit u het medicijn in de penis vlak bij de buikwand. Zorg dat uw uroloog of verpleegkundig consulent urologie u goed uitlegt hoe u de injectie klaar maakt en hoe u hem inspuit.

De werking van het medicijn start meteen. Na ongeveer vijftien minuten is de erectie maximaal. De erectie houdt één tot anderhalf uur aan. Gebruik dit middel niet vaker dan één keer per week. Als u het vaker gebruikt heeft u meer kans op bijwerkingen op de plaats van injectie.

Bijwerkingen

Meest voorkomende bijwerkingen:

Op de injectieplaats pijn en kleine bloeduitstortingen of blauwe plekken, verdoofd gevoel in de penis, zwelling van de voorhuid, duizeligheid en licht gevoel in het hoofd, verdikkingen of knobbels op plaats van de injectie.

Zelden:

Een erectie die langer dan drie uur aanhoudt. Dit kan de penis en de bloedvaten beschadigen. Waarschuw dan meteen uw uroloog, verpleegkundig consulent urologie of ga naar de eerste hulp. Dit moet meteen verholpen worden.

Niet gebruiken

In combinatie met bepaalde antibiotica, medicatie tegen schimmelinfecties en medicatie die invloed hebben op het hartritme.

Autorijden

Geen beperkingen

Alcohol

Als u duizelig bent , wees dan voorzichtig met alcohol. Als dit niet heeft dan zijn er geen beperkingen.

Voor meer informatie zie de folder: Injectietherapie bij erectiestoornissen

6. Elastische ringen

Heeft u wel een erectie maar verdwijnt deze te snel, dan kunt u een elastische ring proberen. Doe de ring om de basis van de penis als deze half stijf is. Hierdoor wordt de afvoer van bloed geremd. De elastische ring mag beslist niet langer dan 30 minuten blijven zitten. Omdat de penisring tegen het lichaam aan gedragen wordt, kan deze aan het schaamhaar gaan trekken. Om dit te voorkomen, kunt u het schaamhaar rond de penis wegscheren. De penisring is in verschillende maten en uitvoeringen verkrijgbaar.

7. Vacuümpomp

Een erectiepomp bestaat uit een holle plastic buis, een vacuümpomp en een drukring. Als de buis over de penis is geplaatst, zorgt de pomp voor een vacuüm waardoor het bloed in de penis wordt getrokken. Zodra er een erectie is, zal de drukring om de basis van de penis geplaatst worden om de erectie te behouden. Haartjes op de penis horen weg geschoren te worden omdat dit lucht door laat. Gebruik van glijmiddel is ook erg belangrijk om vacuüm te creëren. Om een goed resultaat te krijgen is het belangrijk om de juiste instructie te krijgen over het gebruik van de pomp. De verpleegkundig consulent urologie kan hierover uitleg en instructie geven. Ook kunt u gebruik maken van een leenpomp. De vacuümpomp is in het elektrisch en handmatig bedienbaar te verkrijgen. De meeste zorgverzekeringen vergoeden de aanschaf van de vacuümpomp niet, maar wij raden u aan om altijd een verzoek tot vergoeding bij uw verzekeraar in te dienen.

8. Erectieprothese

Een erectieprothese is een medisch implantaat dat tijdens een operatieve ingreep in de penis wordt geplaatst. De prothese bevindt zich helemaal in het lichaam. De pomp bevindt zich in het scrotum. Om een erectie te krijgen, zal er in de pomp worden geknepen. Om de penis weer slap te laten maken, zal een knopje op de pomp ingedrukt moeten worden. De lucht loopt dan weer uit het implantaat. Het is een blijvende oplossing. De erectie blijft zolang u dat wilt.. Spontane seks is dus weer mogelijk. Ook orgasmes of zaadlozing worden niet verstoord.

Keuze van behandeling

Of u kiest voor een behandeling bepaalt u natuurlijk zelf. Misschien accepteert u na verloop van tijd dat het nu eenmaal zo is en zoekt u een andere manier om seksualiteit te beleven. Kies een vorm die past bij uw eigen wensen en bij die van uw partner. Als u een behandeling ondergaat en u bent er niet tevreden over, stop er dan mee en ga op zoek naar een andere oplossing. Veel mannen en hun partners vinden erectieproblemen zeer vervelend. Deze problemen hebben invloed op hun seksualiteit en partnerrelatie. Is dit bij u het geval, blijf er dan niet te lang mee rondlopen maar ga op zoek naar hulp. Erectiestoornissen zijn goed te behandelen, zeker als u en uw partner bereid zijn zich daarvoor in te zetten. Erectiepillen, zelfinjecties en de vacuümpomp worden niet vergoed door de basisverzekering. Sommige aanvullende verzekeringen geven mogelijk enige vergoeding. Informeer hiernaar bij uw zorgverzekeraar.

Vragen

Heeft u nog vragen? Stel ze gerust aan de aan de verpleegkundig consulent urologie.

Gebruikt u de BeterDichtbij app en is uw vraag niet dringend? Stel dan uw vraag via de BeterDichtbij app.

De verpleegkundig consulent urologie is telefonisch bereikbaar op: 088 – 70 68 272.

Kijk op de website voor de actuele bereikbaarheid van de polikliniek. Urologie | Bravis

03/25