

# Erectiele disfunctie en behandel mogelijkheden

Erectiestoornis, met name de verminderde hardheid van de erectie, wordt meestal veroorzaakt door meerdere factoren. In deze folder leest u meer over de oorzaken en de behandelingen. Ook leest u over wat u zelf kunt doen.

## De erectie

### Normale werking

Wanneer een seksuele prikkel wordt gegeven (een gedachte, een aanraking, etc.) sturen de hersenen via de zenuwen een signaal naar de penis. In de penis bevinden zich zwellichamen die zich vullen met bloed. De gevulde zwellichamen drukken de aderen enigszins dicht zodat het bloed niet terug het lichaam in kan stromen. Het enzym PDE-5 speelt vervolgens een belangrijke rol in dit systeem. Het enzym komt vrij wanneer seksuele prikkelingen afnemen of als de man een orgasme heeft gehad. De zwellichamen legen zich en de penis wordt slap.

### Erectiestoornissen

Wanneer de erectie niet meer (optimaal) werkt spreken we van erectiestoornissen. Dit komt veel voor onder mannen van alle leeftijden.

Erectiestoornissen is in feite een verzamelnaam, want hoewel het symptoom hetzelfde is kunnen er meerdere oorzaken zijn, waaronder:

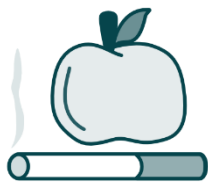
- **Psyche**  
Deze oorzaak speelt bijna altijd mee, zelfs als de man zich hier niet volop bewust van is. Stress, spanning binnen de relatie, verminderd zelfvertrouwen of teleurstelling maken allemaal dat de erectie niet ontstaat, niet volledig is of snel weer weg is.
- **Zenuwen**  
Wanneer zenuwen beschadigd zijn kunnen deze het signaal van hersenen naar penis niet goed overbrengen. Dit kan komen door een operatie aan of bestraling van organen in de onderbuik, een neurologische aandoening en in mindere mate diabetes mellitus.
- **Bloedvaten**  
Om de zwellichamen goed te kunnen vullen is het belangrijk dat de bloedvaten voldoende werken. De werking kan verstoord zijn door hart- en vaatziekten, diabetes mellitus, roken, overgewicht en ouder worden.

- Medicijngebruik  
Sommige medicijnen hebben invloed op de erectie.
- De ziekte van Peyronie  
Vanwege de kromstand kan seks minder prettig zijn en kan het zelfvertrouwen verminderd zijn, waardoor erecties van mindere kwaliteit en duur kunnen zijn.

## Behandelingen

Omdat de oorzaken van erectiestoornissen veelvoudig zijn is een behandeling verschillend per persoon. Het begint met een goed gesprek om erachter te komen welke oorzaken mogelijk meespelen in uw situatie. Onderstaande behandelingen kunnen deel uitmaken van uw behandelplan.

### Behandelingen zonder zorgverlener



Leefstijl



Seksuoloog



Vacuümpomp



Elator

#### Leefstijl

Een eerste stap in het verbeteren van erecties is het verbeteren van de leefstijl. Zijn roken, alcohol- of drugsgebruik of overgewicht mede oorzaak van uw erectiestoornissen? Dan is behandeling zonder leefstijlverbetering ‘dweilen met de kraan open’. Het is dan belangrijk om allereerst te beginnen met een gezonde leefstijl.

#### Seksuoloog

Omdat een psychische oorzaak meestal meespeelt is begeleiding van een seksuoloog zeer bijdragend. Het gaat dan om vragen als: hoe praat ik met mijn partner over seks? Hoe kijk ik naar mijn lichaam? Wat verwacht ik van seks? Hoe zorg ik ervoor dat ik niet te snel klaarkom? Deze onderwerpen en meer kunnen soms zodanig meespelen dat seksuologische hulp een groot deel van de klachten oplost. Seksuologische begeleiding wordt niet vergoed door de zorgverzekeraar. U kunt een seksuoloog in de buurt vinden op [www.nvvs.info](http://www.nvvs.info).

#### Vacuümpomp

Een vacuümpomp (ook wel penis pomp genoemd) is een hulpmiddel: een cilinder die over de penis wordt geplaatst. Door met een pompje een vacuüm te creëren worden de zwellichamen in de penis geholpen zich te vullen met bloed. De penis pomp wordt gebruikt op het moment dat u seksueel actief wilt zijn. De vacuümpomp dient zelf te worden aangeschaft.

#### Elator

De Elator is een extern hulpmiddel dat de penis ondersteunt tijdens seksuele activiteit. De Elator kan via internet worden besteld. Het is een éénmalige aankoop waarvan sommige mannen lang profijt hebben.

## Medicamenteuze behandelingen

Medicamenteuze behandelingen kunnen door de huisarts gestart en begeleid worden. Bij complexere vragen zal de huisarts u naar een specialist verwijzen.



Tabletten



Alprostadil



Androskat

### Tabletten

Wanneer een penis pomp niet voldoende werkt kan de uroloog u tabletten voorschrijven zoals Viagra of Cialis. Deze medicijnen remmen het enzym PDE-5 waardoor een erectie makkelijker wordt opgewekt en langer aanhoudt. De tabletten werken niet zonder een seksuele prikkel. Het is daarom belangrijk om seksueel actief te zijn na inname. De tabletten worden niet vergoed door de zorgverzekeraar.

### Alprostadil in de plasbuis

Alprostadil is een medicijn dat in de plasbuis wordt ingebracht. Het zorgt ervoor dat de vaten in de penis open gaan staan met een erectie als resultaat. Alprostadil kan 1 keer per 24 uur worden gebruikt, ongeveer 15 minuten voor seksuele activiteit. Na toediening moet de penis verticaal worden gehouden zodat de gel zich door de plasbuis kan verspreiden. Alprostadil wordt niet vergoed door de zorgverzekeraar.

### Androskat

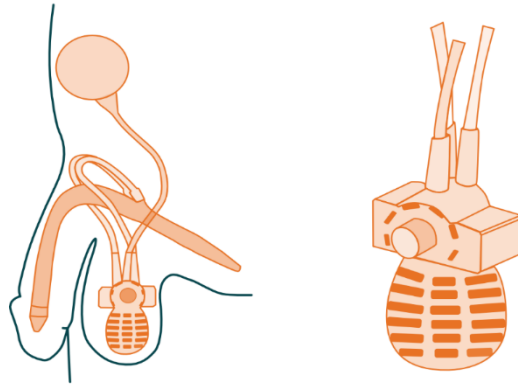
In sommige gevallen zijn bovenstaande behandelingen niet mogelijk of werkzaam. In dat geval kan door de uroloog Androskat injectietherapie worden voorgeschreven. Dit medicijn wordt door u zelf geïnjecteerd in de penis op het moment dat u seksueel actief wilt zijn. De dosis wordt onder begeleiding van uw zorgverlening opgebouwd. Androskat wordt niet vergoed door de zorgverzekeraar.

## Chirurgische behandeling

Zijn bovenstaande behandelingen niet succesvol, dan zou het kunnen dat u in aanmerking komt voor een chirurgische behandeling. De medisch specialist beoordeelt dit. Daarom is een verwijzing nodig naar Amsterdam UMC of een ander centrum waar urologen de operatie uitvoeren.

### Erectieprothese

Een laatste middel is een erectieprothese (ook wel penisprothese genoemd). Er zijn twee typen protheses: de staafjes die constante stijfheid geven maar buigbaar zijn (semirigide), en de cilinders die actief moeten worden opgepompt voor het verkrijgen van een erectie (hydraulisch).



Bij beiden typen wordt de staafjes of cilinders geplaatst in de eigen zwellichamen. Bij de hydraulische prothese wordt een reservoir onderin de buik geplaatst. In beide gevallen gaat het om een onomkeerbare operatie waarna spontane erecties nooit meer mogelijk zijn. Een prothese gaat circa 10-15 jaar mee, wat betekent dat er mogelijk meerdere operaties nodig zijn.