



info voor patiënten



man, vrouw en kind

Universitair Ziekenhuis Gent



# Erectiele dysfunctie

# Inhoud

<b>01</b>	Inleiding .....	04
<b>02</b>	Erectie .....	04
<b>03</b>	Seksualiteit .....	04
<b>04</b>	Libido .....	05
<b>05</b>	Orgasme .....	05
<b>06</b>	Ejaculatie .....	05
<b>07</b>	Erectiestoornissen .....	06
	Levensstijlaanpassingen .....	06
	Medicatie .....	06
	Zalven of crèmes .....	07
	Vacuümpomp .....	07
	Injectie in de penis .....	09
	Penisprothese .....	10
	Terugbetaling .....	11
<b>08</b>	Andere zorgverleners .....	11

# 01. Inleiding

Beste mijnheer,

Uw uroloog heeft tijdens de consultatie gesproken over de behandeling van erectieproblemen.

De informatie die uw arts gegeven heeft, wordt hier nog eens herhaald en eventueel aangevuld.

Hebt u na het gesprek met uw arts en het lezen van deze brochure nog vragen, dan kan een bijkomende afspraak raadzaam zijn.

# 02. Erectie

Een erectie is een opzwellen van de penis, waardoor deze groter en steviger wordt. Louter lichamelijk komt een erectie tot stand door een activering van bepaalde zenuwen. Deze zenuwen geven een signaal aan de zwellichamen van de penis om te verwijden en zich met bloed te vullen. Dit gebeurt doordat de gladde spiercellen in de wand van de zwellichamen zich ontspannen. Eens de zwellichamen gevuld zijn met bloed, wordt de penis groot en stevig (= de erectie). Doordat de zwellichamen zich vullen met bloed, worden de bloedvaten die instaan voor de afvoer van bloed weg van de penis, afgesloten en blijft de erectie enige tijd behouden.

# 03. Seksualiteit

De Wereldgezondheidsorganisatie omschrijft seksuele gezondheid als 'een status van fysiek, emotioneel, mentaal en sociaal welbevinden in relatie tot seksualiteit'.

Dit wil zeggen dat seksualiteit meer is dan een erectie kunnen krijgen en behouden. Seksueel actief zijn, is een samenspel van intieme en seksuele activiteiten en seksuele gemeenschap. Wanneer het moeilijk of onmogelijk is om op een natuurlijke manier tot seksuele gemeenschap te komen, betekent dit niet dat u niet meer seksueel actief kan zijn. Een bevredigende seksualiteit kan ook steunen op intieme en seksuele activiteiten, zonder dat daar geslachtsgemeenschap of penetratie aan te pas hoeft te komen.

# 04. Libido

Uw libido of zin in seks kan om verschillende redenen verminderd zijn: door een tekort aan testosteron<sup>1</sup>, door algemeen onwel zijn, door bepaalde medicijnen, door psychologische factoren, of na een ernstig trauma. Als het libido verminderd is, wordt het vaak veel moeilijker om een erectie te krijgen of te behouden of om tot een orgasme te komen.

# 05. Orgasme

Het gevoel van plezier en ontspanning ontstaat in de hersenen. Het orgasme (of klaarkomen) is een resultaat van stimulatie van zeer gevoelige en opwindende (erogene) zones waarin veel gevoelszenuwen zitten. De uiteinden van deze gevoelszenuwen zitten onder meer ter hoogte van de overgang tussen de penis en de eikel, de voorhuid, het dunne peesje als verbinding tussen de voorhuid en de eikel, de zone tussen de balzak en de aarsopening, de balzak en de testikels. U hoeft dus geen erectie of een zaadlozing te hebben om een orgasme te kunnen krijgen.

# 06. Ejaculatie

Bij de ejaculatie of zaadlozing wordt het sperma door de plasbuis naar buiten gestoten. Een zaadlozing is meestal het resultaat van seksuele opwinding of stimulatie.

Na een prostaatoperatie kan het zijn dat er geen ejaculatie meer optreedt bij het orgasme. Ook na bestraling van de prostaat en zaadblaasjes heeft men vaak een 'droog orgasme'.

# 07. Erectiestoornissen

Bij een erectiestoornis lukt het regelmatig niet om een erectie te krijgen of te behouden die voldoende is voor seksuele betrekkingen. Erectiestoornissen worden in de volksmond vaak 'impotentie' genoemd. Niet alleen lichamelijke oorzaken kunnen een effect hebben op uw erecties, maar ook uw emoties kunnen een invloed hebben. Als u zich zorgen maakt of stress hebt, is dit niet bevorderlijk om een erectie te krijgen of te behouden. Uw uroloog kan u uitleg geven over de vermoedelijke oorzaak van uw erectiestoornis.

<sup>1</sup> Testosteron: mannelijk hormoon dat voornamelijk aangemaakt wordt in de teelballen.

Een erectiestoornis hoeft geen einde te betekenen van uw of uw partners seksualiteit. Wanneer penetratie niet mogelijk is omwille van erectieproblemen, kunt u, als u dit wenst, elkaar ook bevredigen door te experimenteren met andere seksuele activiteiten. De behandeling van erectiestoornissen is afhankelijk van de oorzaak. Uw uroloog zal onderzoeken wat mogelijk aan de basis ligt van uw erectiestoornis. Aanwijsbare oorzaken van erectieproblemen zijn aandoeningen van de bloedvaten, de bezenuwing, stoornissen in de hormoonhuishouding, het gebruik van bepaalde medicatie, systeemziekten of psychologische redenen.

Erectieproblemen kunnen behandeld worden met levensstijlaanpassingen, ondersteunende medicatie, hulpmiddelen of een operatieve ingreep.

## Levensstijlaanpassingen

Levensstijlaanpassingen maken deel uit van de behandeling van erectieproblemen. Ze vragen een eigen inspanning met eventueel ondersteuning van andere zorgverleners.

Uw uroloog kan u aanbevelen om te vermageren, gezond te eten en voldoende te bewegen.

Stoppen met roken is aan te bevelen, gezien roken de bloedvaten beschadigt.

Alcohol en drugs lijken sfeermakers voor seksuele betrekkingen, maar zorgen ervoor dat het een stuk moeilijker wordt om een erectie te krijgen of te behouden.

Psychische stress of gedachten die u afleiden, zijn ook nefast om een erectie te krijgen of te behouden. Praat hierover met uw arts en vooral met uw partner.

Het is mogelijk dat u en uw partner nieuwe 'technieken' moeten vinden om tot een orgasme te komen. Belangrijk is dat u hiervoor de tijd neemt en dat u elkaar laat weten wat u prettig vindt en wat niet. Help elkaar bijvoorbeeld door de hand of vingers van uw partner te plaatsen op zones die gevoelig zijn en tot opwindung kunnen leiden. Probeer strelen en orale stimulatie. Ook op deze manier kunnen u en uw partner tot een orgasme komen. Ga er niet vanuit dat u van elkaar weet wat u wil. Sommige mannen denken dat ze hun partner niet meer kunnen bevredigen als ze geen erectie hebben of kunnen penetreren. Dit is vaak niet zo, maar het vraagt een creatieve oplossing als uw seksualiteit sterk opgebouwd was rond erectie en penetratie.

## Medicatie

De medicatie die het krijgen van een erectie kan bevorderen, werkt door de ontspanning van de gladde spiercellen in de zwellichamen te verbeteren. De bloeddorstrooming in de penis wordt hierdoor vergemakkelijkt. Niet iedereen is gebaat bij deze medicijnen. Het is best mogelijk dat u het medicijn probeert, maar dat het geen effect heeft op uw erecties.

Deze pillen moet u innemen enige tijd voor u een erectie wil. Stofnamen van deze medicijnen zijn sildenafil, tadalafil en vardenafil. Het medicijn begint na een half uur tot een uur te werken. Dit betekent niet dat u spontaan een erectie krijgt. Om een erectie te kunnen krijgen, moet er nog seksuele stimulatie zijn (vb. intimiteit, voorspel, prikkelende foto's of film). Afhankelijk van de soort kan de pil effect hebben tot 6-8 uur of 36 uur na inname. Dit wil niet zeggen dat de erectie 4 uur kan duren, wel dat als er seksuele stimulatie is, een tweede erectie mogelijk is binnen de werkingsduur van de pil.

Belangrijk is dat deze pillen door een arts voorgeschreven worden. De arts zal nagaan of het voor u veilig is om deze medicijnen in te nemen. De meest voorkomende nevenwerking van deze medicijnen is hoofdpijn. Minder voorkomende nevenwerkingen zijn blozen, misselijkheid, duizeligheid en verstopte of loopneus.

De effectiviteit van deze pillen ligt tussen 56 en 81%, maar is sterk afhankelijk van de oorzaak van de erectieproblemen. Met 'effectief' wordt bedoeld dat de erectie stevig genoeg is voor penetratie. Na een radicale prostaatverwijdering ligt het percentage lager en wanneer tijdens de ingreep de zenuwen niet konden gespaard worden, werken deze medicijnen doorgaans niet.

De kostprijs van één pil varieert tussen 2,5 en 14 euro, afhankelijk van de soort, de dosis van de pil en het aantal pillen in de verpakking.

Koop deze medicijnen enkel bij een apotheker en niet via het internet of via andere kanalen. De 'gelijknamige' medicijnen die op de zwarte markt verkocht worden, zijn onveilig of niet werkzaam. Verder bestaan er nog andere pilletjes om erecties te verbeteren, maar die zijn doorgaans niet onderzocht op werkzaamheid en veiligheid.

## Zalven of crèmes

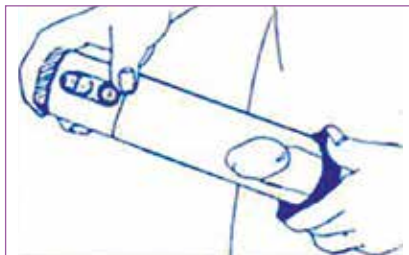
In de handel zijn zalven of crèmes verkrijgbaar die zogezegd erecties kunnen verbeteren. Deze zijn niet veilig en effectief gebleken bij de behandeling van erectieproblemen. Niet alleen bij de man, maar ook bij de partner werden vervelende tot ernstige nevenwerkingen gezien.

## Vacuümpomp

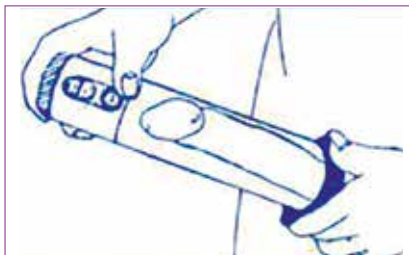
Een vacuümpomp is een andere kunstmatige manier om een erectie te krijgen en te behouden. Het is een plexiglazen buis die over de penis wordt geplaatst. Nadien wordt door middel van een handpomp of een elektrische pomp een onderdruk in de buis gecreëerd, waardoor het bloed naar de zwellichamen gezogen wordt. Als de erectie compleet is, wordt een drukring over de basis van de penis geschoven, zodat het bloed in de zwellichamen blijft.

Alvorens de pomp te gebruiken, wordt bij voorkeur het schaamhaar ter hoogte van de penisbasis afgeschoren. Nadien wordt een grote hoeveelheid glijmiddel aangebracht zodat de aansluiting tussen de huid en het apparaat optimaal is.

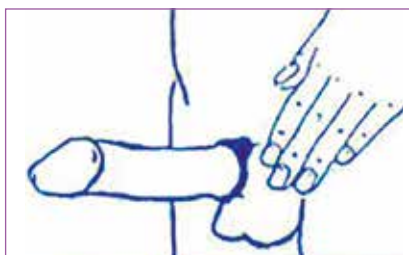
Gemiddeld duurt het 2 tot 2,5 minuten voor de erectie 'voldoende' is en u kan stoppen met pompen. Als de drukring geplaatst is, kan u overgaan tot intieme activiteit.



De kunststofcilinder wordt over de penis geplaatst.



Met een pompje wordt een vacuüm rond de penis gecreëerd, waardoor bloed naar de penis wordt gestuwd.



Aan de basis van de penis wordt een drukring gebracht om de erectie vast te houden.



Na de geslachtsgemeenschap wordt de drukring verwijderd, waarna de erectie afneemt.

Figuren van Active Erection System® van Coloplast

Ten laatste na een half uur moet u de ring weer verwijderen zodat het bloed weer op een normale manier kan circuleren. Als u een orgasme gehad hebt, kan na het verwijderen van de drukring het sperma alsnog naar buiten vloeien.

Wenst u nog langer een erectie te hebben, dan moet de ring na 30 minuten toch eerst even verwijderd worden. U kan daarna opnieuw met de pomp een erectie ontwikkelen.

In sommige gevallen (bij bepaalde vormen van kanker, bloedziektes of bij het innemen van antistollingsmedicatie) is het niet aangewezen om een vacuümpomp te gebruiken. Uw uroloog zal nagaan of het gebruik van een vacuümpomp veilig is voor u.

Vacuümpompen uit de medische handel hebben een succespercentage tussen 72 en 94%. Dit wil zeggen dat bij 7 tot 9 op de 10 mannen de erectie via de vacuümpomp voldoende is om seksuele betrekkingen te hebben. Nadelen van een vacuümpomp zijn dat u tijd en een zekere handigheid moet hebben om tot een erectie te komen, de penis fris kan aanvoelen, de penis niet altijd helemaal stijf wordt, de huid van de penis blauwachtig kan verkleuren en de drukkring wat pijnlijk kan aanvoelen.

Vacuümpompen zijn vrij te koop in de seksshop of op het internet, maar de doeltreffendheid van deze modellen kan niet worden gegarandeerd. Het is aan te raden de vacuümpomp te kopen bij een gespecialiseerde firma zodat het toestel voldoet aan de strenge medische eisen. De kostprijs van een medische vacuümpomp is ongeveer 250 euro.

## Injectie in de penis

De uroloog kan u ook voorstellen om medicatie in te spuiten in de zwellichamen van de penis. Het medicijn zorgt voor ontspanning van de gladde spiercellen in het zwellichaam van de penis waardoor de bloedtoevoer naar de penis verhoogd wordt. U krijgt hierdoor een erectie, zelfs zonder gevoelens van opwindning.



Figuren van [www.eduguidance.com](http://www.eduguidance.com) en [www.urologicalcare.com](http://www.urologicalcare.com)

U gebruikt een zeer kort en fijn naaldje. Vijf tot vijftien minuten na de injectie hebt u een erectie die een half uur tot anderhalf uur kan duren. Uw uroloog leert u de correcte inspuitingstechniek aan. Eens u deze beheerst, kunt u dit bij u thuis toepassen.

De therapie is niet voor iedereen geschikt (bij bepaalde ziektes van de penis, ernstige hartziekte of bepaalde vormen van kanker is dit niet aangewezen). Uw uroloog zal nagaan of u hiervoor in aanmerking komt.

Het succespercentage van deze behandeling ligt tussen de 70 en 94%. De behandeling kan doeltreffend zijn na een niet-zenuwsparende radicale prostaatverwijdering omdat er geen actieve zenuwen nodig zijn.

Mogelijke nevenwerkingen van de zelfinjectie in de penis zijn een bloeduitstorting of roodheid ter hoogte van de injectieplaats, een verdoofd gevoel van de penis en littekenvorming in de penis. Uitzonderlijk, maar niet ongevaarlijk, blijft de erectie te lang aanhouden en wordt ze pijnlijk. Als de erectie langer dan 4u aanhoudt, moet u onmiddellijk naar het ziekenhuis komen. Indien snel behandeld, treedt doorgaans geen blijvende schade op ter hoogte van de penis.

Nadelen van deze techniek zijn dat u zichzelf moet prikken in een gevoelig lichaamsdeel, hoewel de meeste mannen die deze techniek gebruiken hier nauwelijks hinder van ondervinden.

Er moet minstens 48-72 uur tussen twee injecties zijn. Het medicijn moet in de meeste gevallen in de koelkast bewaard worden. Het is beperkt houdbaar, controleer de vervaldatum voor u het toedient.

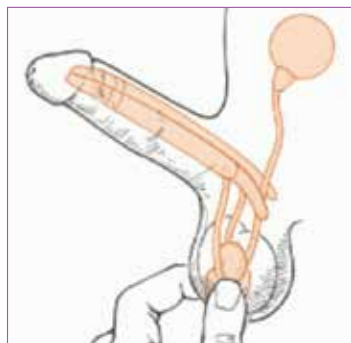
De dosis van het medicijn moet nauwkeurig bepaald worden en u (of uw partner) moet de injectietechniek aangeleerd krijgen. Reken dus op minstens twee bezoeken aan de uroloog voor u de techniek onder de knie hebt.

De kostprijs is ongeveer 15-20 euro per injectie. Ook deze medicijnen worden op de zwarte markt en via het internet verkocht, maar opnieuw kan de veiligheid en werkzaamheid van de producten niet gegarandeerd worden.

## Penisprothese

Als laatste mogelijkheid kan de uroloog u een penisprothese voorstellen. Deze prothese wordt tijdens een operatie geplaatst. De meeste protheses bestaan uit twee opblaasbare cilinders die in de zwellichamen in de penis worden geplaatst en een pompmechanisme om de cilinders op te blazen met een vloeistof. Sommige prothesen bestaan uit plooibare cilinders die in de zwellichamen van de penis geplaatst worden en dit zonder pompmechanisme.

Het succespercentage van deze operatie ligt tussen de 80 en 91%.



Figuur van [www.eduguidance.com](http://www.eduguidance.com)

Een operatie is uiteraard nooit zonder risico op eventuele nevenwerkingen. De belangrijkste bijwerkingen zijn infectie van de prothese of technisch falen. In dit geval is een nieuwe ingreep noodzakelijk.

De kostprijs van deze prothese ligt tussen 500 en 2350 euro, afhankelijk van het type.

## Terugbetaling

Voor al deze medicijnen en hulpmiddelen, met uitzondering van de erectieprothese voor sommige indicaties, is er jammer genoeg geen terugbetaling voorzien.

## 08. Andere zorgverleners

Veranderingen op het vlak van seksualiteit door lichamelijke en emotionele oorzaken kan u ook bespreken met andere zorgverleners. Indien nodig en als u dit wenst, kan u worden doorverwezen naar een psycholoog of seksuoloog.

Als u een afspraak wil maken voor een consult bij een seksuoloog, dan kan u telefoneren naar het Centrum voor Seksuologie van het UZ Gent op het nummer 09 332 60 23.

## Polikliniek Urologie

Gebouw P3, gelijkvloers  
Tel. 09 332 22 76

---

*Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.*

### UZ Gent

Postadres

De Pintelaan 185

Toegang

C. Heymanslaan

B 9000 Gent

T: +32 (0)9 332 21 11

info@uzgent.be

www.uzgent.be

volg ons op 