

Tack för att du gjorde vårt patientfall inom erektil dysfunktion! Hoppas att du lärde dig mycket.

Huvudbudskap i patientfallet som är skapat av Olivia Landén

Om patienten inte tar upp problemet själv men du anser det medicinskt motiverat, var inte rädd för att fråga:

- "Det är vanligt med sexuell påverkan vid X, hur är det för dig?"

Bra frågor att komma ihåg

- Har du kvar livslusten i övrigt?
- Hur fungerar det med onani?
- Har du morgonstånd?
- Är din sexuella lust lika stark som den brukade vara?

Bra tips att ge för att minska stressen över en erektil dysfunktion

- Sex är en buffé, inte en trerätters! Hitta aktiviteter som är njutningsfulla och som inte kräver en erektion.
- Fokusera på att ge partnern njutning på andra sätt än via samlag
- Förbjud samlag eller andra aktiviteter som kräver en erektion under en period för att bryta negativa associationer.

Missa inte

- Vid antidepressiva – fundera på drug holiday eller byta till annat antidepressivt
- Erektill dysfunktion kan vara en "kanariefågel i gruvan". Leta hjärtsjukdom hos de med riskfaktorer!
- Depression, stress och relationsproblem kan yttra sig som nedsatt lust primärt vilket ger en sekundär erektil dysfunktion.
- Ta testosteron vid misstanke på hypogonadism
- Många vanliga läkemedel kan ge erektil dysfunktion eller nedsatt lust. I de flesta fall finns det alternativ att testa istället som inte har den biverkan.
- Livsstilsändring kan i många fall förbättra en erektil dysfunktion.

Sammanfattning olika PDE-5-hämmare

- Sildenafil (Viagra), maximal effekt efter 30-60 min, duration upp till 12 timmar. Samtidig fettrik måltid hämmar upptaget.
- Tadalafil (Cialis), maximal effekt efter 2 timmar, kan ha effekt upp till 36 timmar. Mat påverkar inte.
- Vardenafil (Levitra) maximal effekt efter 20 minuter, duration ca 4 timmar. Samtidig fettrik måltid hämmar upptaget.
- Avanafil (Spedra), maximal effekt efter 15-30 minuter, duration upp till 24 timmar. Har en hög selektivitet och lägre frekvens biverkningar.