

Zelftest Erectiele Disfunctie

Hoe sterk zou u het vertrouwen noemen dat u de afgelopen 4 weken had om een erectie te kunnen krijgen en te behouden?*

- 1 Heel zwak
- 2 Zwak
- 3 Middelmatig
- 4 Sterk
- 5 Heel sterk

Hoe vaak is het de afgelopen 4 weken voorgekomen dat, terwijl u een erectie had door seksuele stimulatie, uw penis stijf genoeg was om te penetreren (binnen te gaan)?*

- 1 Bijna nooit of nooit
- 2 Veel minder dan de helft van de tijd
- 3 Ongeveer de helft van de tijd
- 4 Veel meer dan de helft van de tijd
- 5 Bijna altijd of altijd

Hoe vaak kon u de afgelopen 4 weken tijdens de geslachtsgemeenschap uw erectie behouden, nadat u bij uw partner was gepenetreerd (binnengegaan)?*

- 1 Bijna nooit of nooit
- 2 Veel minder dan de helft van de tijd
- 3 Ongeveer de helft van de tijd
- 4 Veel meer dan de helft van de tijd
- 5 Bijna altijd of altijd

Hoe moeilijk was het de afgelopen 4 weken om tijdens de geslachtsgemeenschap uw erectie te behouden tot de geslachtsdaad voltooid was?*

- 1 Heel erg moeilijk
- 2 Erg moeilijk
- 3 Moeilijk
- 4 Een beetje moeilijk
- 5 Niet moeilijk

Hoe vaak was het de afgelopen 4 weken bevredigend voor u wanneer u probeerde geslachtsgemeenschap te hebben?*

- 1 Bijna nooit of nooit
- 2 Veel minder dan de helft van de tijd
- 3 Ongeveer de helft van de tijd
- 4 Veel meer dan de helft van de tijd
- 5 Bijna altijd of altijd

Maak de som van je antwoorden en volg één van onderstaande adviezen:

5 > 11

Ernstige tot zeer ernstige klachten

Uw seksleven is op meerdere punten niet zoals u het zou moeten willen. Dit is zeker iets wat u met uw huisarts of een specialist moet bespreken. De specialist kan aan de hand van een uitgebreidere vragenlijst, onderzoek en een consult de juiste diagnose stellen en met u een behandelplan opstellen.

12 > 21

Milde of matige klachten

Uw klachten zijn van dusdanige aard dat u er last van kunt hebben. Dit is zeker het geval als u bij 1 of 2 vragen een hoge score heeft aangegeven. Als u ontevreden bent over uw seksleven, ga dan naar uw huisarts en bespreek met hem welk vervolg het beste is om u van uw klachten af te helpen.

22 > 25

Geen klachten

U hoeft zich geen zorgen te maken over uw erecties. Er is geen verder onderzoek nodig. Mocht u toch ontevreden zijn over uw erecties of uw seksleven, dan kunt u contact opnemen met uw huisarts. Zorg dan wel dat u goed kunt aanduiden wat uw klachten zijn, zodat de huisarts u ook goed kan helpen en indien nodig doorverwijzen.