4 Livsstilsændringer (f.eks. vægttab, motion og rygestop)

+ Fordele



Undgår medicin for rejsningsproblemet og eventuelle bivirkninger



Giver glæde, velvære og personlige sejre



Forlænger livet



Kan forebygge sygdomme



Kan gøres sammen med partner

÷ Ulemper



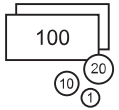
Vaner skal ændres



Konflikt mellem lyst og bør



Tidskrævende



Kan være forbundet med udgifter



Man skiller sig ud fra familien & socialt

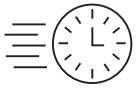
AFSLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Medicin

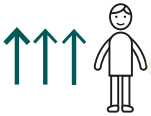
+ Fordele



Mulighed for at genoptage seksuel aktivitet



Mulighed for hurtig effekt



Genvinde mandighed

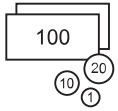


Nem løsning

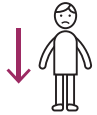
÷ Ulemper



Kun symptombehandling



Kan være forbundet med udgifter



Man kan opleve bivirkninger



Seksuel aktivet skal ofte planlægges *



Selv med medicin ingen garanti for effekt

* undtaget er f.eks. medicin der kan tages som daglig dosis

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Samtaler

+ Fordele



Ingen medicin for rejsningsproblemer eller eventuelle bivirkninger



Partner kan inddrages



Kan afdække medvirkende årsager til rejsningsproblemer og være forløsende



Give indsigt og færdigheder

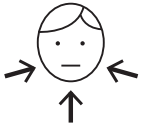
÷ Ulemper



Det kan være kedeligt og tidskrævende



Kræver åbenhed og eventuelle øvelser hjemme



Kræver mod og vilje til at se ind i sig selv



Fremmøde er på hverdage



Kan være langtrukket og med for meget snak

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Ikke medicinske tiltag (f.eks. hjælpemidler, sensualitets- og bækkenbundstræning)

+ Fordele



Ingen medicin for rejsningsproblemer eller eventuelle bivirkninger



Mulighed for at tage sagen i egen hånd



Kan øge intimiteten i parforholdet

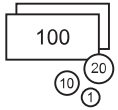


Kan åbne nye veje for tilfredsstillelse

÷ Ulemper



Kræver engagement og vedholdenhed



Kan være forbundet med udgifter



Kræver nysgerrighed for at opnå seksuel tilfredshed ad nye veje



Kræver planlægning

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Ingen behandling

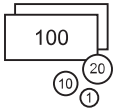
+ Fordele



Ingen ændringer i hverdagen



Skal ikke forholde sig til nyt



Ingen ekstraudgifter



Ikke mødt med krav

÷ Ulemper



Kan skabe uenighed i relationen



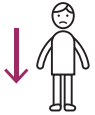
Problematikken forbliver uændret eller forværres



Der lægges låg på usagte behov



Kan øge følelsen af frustration



Afmagt

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview

4 Patienthistorier

Når medicinen ikke virker, kan man føle skam, skyld og nederlag. Det er ikke så rart.

- Patient 52 år

Det er en kæmpe fordel, at min kone er inddraget i forløbet og er med til samtalerne. Det gør det meget nemmere at opnå en fælles forståelse, og kæmpe sammen om et problem man dybest set er fælles om. For mit vedkommende har det ført os tættere sammen.
- Patient 65 år

Jeg oplever at have haft en stor effekt af bækkenbundstræning.

- Patient 70 år

Mit råd er at være nysgerrig, åben og oprigtig og spørg, spørg spørg.

- Patient 70 år

Det er alfa og omega, at der i samtalen opleves tillid mellem behandler og patient.

- Patient 52 år

Jeg oplever, at min sygdom og medicinen herfor giver mig mindre lyst og rejsningsproblemer.

- Patient 51 år

BESLUTNINGSHJÆLPER™ preview