

Behandling af for tidlig udløsning

For tidlig udløsning defineres oftest ved at udløsningen kommer inden for 1 minut efter indtrængning, og det er vanskeligt at kontrollere udløsningen.

Nogle par kan leve med et sexliv, hvor tidlig udløsning forekommer, men for andre par kan det give problemer i parforholdet, frustrationer og manglende intimitet i parforholdet.

Studier viser, at op til 30% af alle mænd har oplevet at få for tidlig udløsning. Nogle mænd oplever problemet allerede ved deres seksuelle debut, hos andre kan det opstå i løbet af livet. Det kan også variere, om for tidlig udløsning forekommer hver gang eller blot en gang imellem ved samleje.

En mand med tidlig udløsning kan komme til at føle, at han ikke er "en rigtig mand", da dette ofte forbindes med at kunne kontrollere og præstere. Desuden kan han have en opfattelse af, at partnerens tilfredsstillelse afhænger af samlejets varighed.

Det er ikke ualmindeligt, at manden har dårlig samvittighed, skyldfølelse og kan opfatte det som skamfuldt, ikke at kunne kontrollere udløsningen, hvilket kan være hæmmende i forbindelse med at finde en partner.

Det kan endvidere føre til frustrationer hos partneren.

En konsekvens af problemet kan derfor være konflikter mellem parterne og manglende intimitet.

Sådan udreder vi årsagen til for tidlig udløsning

Den første samtale med manden/parret har fokus på at finde ud af eventuelt mulige fysiske og psykiske faktorer, der spiller en rolle for problemet. Desuden drøfter vi livssituationen generelt og forholdet til en eventuel partner.

Hvis vi får mistanke om helbreds-mæssige årsager til problemet, vil yderligere undersøgelser kunne komme på tale.

Sådan foregår behandlingen

Når problemstillingen er klarlagt, og eventuelle psykiske problemstillinger og parforholdskonflikter er fremlagt, tilrettelægger vi et behandlingsforløb efter mandens/parrets ønsker og behov.

Det kan være vanskeligt at "fjerne" problemet, men samtaler kan bidrage til, at manden/parret finder andre måder at leve med for tidlig udløsning.

Forløbet kan indeholde:

Samtaler med henblik på:

- livsstil og livskvalitet
- parrets kommunikation
- mestrings-strategier.

Instruktion i:

- bækkenbundstræning
- start-stop teknik
- squeeze-teknik
- afslappende øvelser med stigende grad af ophidselse
- udløsning inden forspil og samleje
- fokus i højere grad på intimitet end på samleje.

Medicinsk behandling:

- Lokalbedøvende midler og kondom
- SSRI-præparater

Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Vil du videre om for tidlig udløsning, kan du eventuelt læse mere på www.patienthåndbogen.dk – søg på: 'for tidlig udløsning'.



Sexologisk Center

Tlf. 97 66 04 43

Vi træffes bedst: Mandag – fredag 8.15 – 10.15

Årsager til for tidlig udløsning

Det er ikke helt klart, hvad årsagen er. Men det tyder på, at mænd fra naturens hånd er skabt til at kunne få hurtig udløsning, og at det kan være arveligt betinget.

Forskellige sygdomme kan medvirke til problemet, for eksempel

- forhøjet stofskifte
- neurologiske sygdomme
- ubalance i serotonin, som er et stof der findes i hjernen.

Stress og præstationsangst kan forværre problemet. Ligeledes kan konflikter og problemer i parforholdet være medvirkende til, at udløsningen kan være vanskelig at kontrollere.