



# Prijevremena Ejakulacija

kako biste razumjeli, dobili savjet,  
ili bili spremni razgovarati o tome.

[www.späterkommen.at](http://www.späterkommen.at)



Muškarci koji pate od PE se ne trebaju osjećati usamljenima.

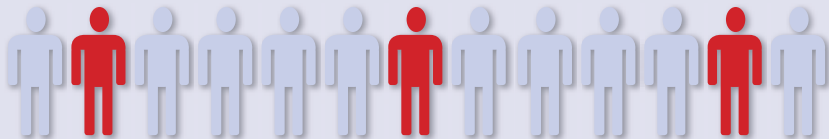
Prijevremena ejakulacija (PE) je najčešća muška seksualna disfunkcija.

Zapravo, **1 od 5 muškaraca** tijekom svog života pati od PE, bez obzira na dob.

PE je stalna ili povremena nemogućnost muškarca da kontrolira svoju ejakulaciju. PE se događa pri minimalnoj seksualnoj stimulaciji prije, tijekom ili neposredno nakon penetracije **i ranije nego što to muškarac želi.**

PE uzrokuje gubitak samopouzdanja i tjeskobu te može dovesti do problema u međupartnerskom odnosu.

PE pogađa 1 od 5 muškaraca



Muškarci koji pate od PE se ne trebaju osjećati krivima.

**PE je zdravstveno stanje.**

Određeni oblici PE mogu se razviti u određenom trenutku života, nakon razdoblja normalne kontrole i vremena do pojave ejakulacije, s postupnim ili naglim početkom. To je **“stečena PE”** i može biti povezana s fiziološkim problemima, poput: bolesti štitnjače, bolesti prostate ili nakon prestanka uzimanja nekih lijekova.

Međutim, u većini slučajeva muškarci imaju **“cjeloživotnu PE”**, što znači da je njihova PE neovisna o drugim uzrocima i **stalno prisutna** već od prvih seksualnih iskustava.

**Ključni čimbenik kod PE: serotonin**

Mozak kontrolira ejakulaciju. Serotonin je prijenosnik u mozgu (neurotransmiter) koji ima ključnu ulogu u reguliranju refleksa ejakulacije, točnije serotonin **odgađa ejakulaciju**. Znanstvena ispitivanja ukazuju da niska **razina serotonina može biti povezana s PE.**

# Prekinite začarani krug PE!

Mnogi muškarci s PE ne vjeruju da postoji liječenje za njihov problem, pa ni ne traže liječničku pomoć.

Skrivanje problema PE može muškarca i njegovu partnericu dovesti do **stanja** frustracije i stresa, te poput začaranog kruga može **pogoršati PE**.



# Ako vas brine PE, djelujte odmah!

**Prvi korak u pronalaženju rješenja za PE je razgovarati o tome sa svojom partnericom i s liječnikom!**

**Vaša partnerica** je Vaš prvi i najmoćniji saveznik protiv PE: započnite s njom otvoren razgovor i uključite je u svoju odluku traženja rješenja.

**Vaš liječnik** je prava osoba koja će Vam pomoći pronaći učinkovito rješenje, sukladno Vašem konkretnom stanju.

**Rješenje za PE postoji - začarani krug PE može se razbiti!**



# Upitnik za procjenu prijevremene ejakulacije.

Prijevremena ejakulacija (PE) je glavno pitanje muškog seksualnog zdravlja i najčešći seksualni poremećaj. Učestalost PE u svijetu je 20% i slična je u svim dobnim skupinama (od 18 do 70 godina).

## PE je prema definiciji Međunarodnog društva za seksualnu medicinu:

- muška seksualna disfunkcija karakterizirana ejakulacijom koja se događa uvijek ili gotovo uvijek prije ili u roku od jedne minute od vaginalne penetracije
- prate je negativne posljedice za pojedinca poput stresa, zabrinutosti, frustracija i/ili izbjegavanja seksualnih intimnosti.

PE i nadalje predstavlja nedovoljno otkriveno i nedovoljno liječeno zdravstveno stanje.

Od sada Vam je dostupna jednostavna dijagnostička metoda za procjenu prijevremene ejakulacije (PE) – PEDT upitnik.

Ovaj upitnik će Vam pomoći otkriti patite li od problema prijevremene ejakulacije.

**Čak i ako nemate problema, molimo Vas odgovorite na sva pitanja.**

- Molimo, **označite kućicu**  koja najbolje predstavlja Vaš odgovor na svako od pitanja u nastavku.
- Molimo, označite **samo jednu kućicu** za svako pitanje.
- Na ova pitanja nema ispravnih ili pogrešnih odgovora.
- Iako se Vaše iskustvo može promijeniti s vremena na vrijeme, molimo Vas da odredite Vaše **opće iskustvo** seksualnih odnosa.
- Kada odgovorite na sva pitanja zbrojite bodove i upišite zbroj.
- Pogledajte objašnjenje Vašeg rezultata.

# PEDT upitnik.

## 1. Koliko Vam je teško odgoditi ejakulaciju?

- Uopće nije teško 0
- Donekle teško 1
- Umjereno teško 2
- Vrlo teško 3
- Iznimno teško 4

## 2. Ejakulirate li prije nego što to želite?

- Skoro nikad ili nikad (0%) 0
- U manje od polovine slučajeva (25%) 1
- U oko polovine slučajeva (50%) 2
- U više od polovine slučajeva (75%) 3
- Skoro uvijek ili uvijek (100%) 4

## 3. Ejakulirate li nakon vrlo malo stimulacije?

- Skoro nikad ili nikad 0
- U manje od polovine slučajeva 1
- U oko polovine slučajeva 2
- U više od polovine slučajeva 3
- Skoro uvijek ili uvijek 4

## 4. Osjećate li se frustriranim zato što ejakulirate prije nego što to želite?

- Uopće ne 0
- Malo 1
- Umjereno 2
- Veoma 3
- Iznimno 4

## 5. Koliko ste zabrinuti zbog toga što Vaša partnerica ostaje seksualno nezadovoljna zbog vremena do pojave Vaše ejakulacije?

- Uopće ne 0
- Malo 1
- Umjereno 2
- Veoma 3
- Iznimno 4

Provjerite jeste li odgovorili na svih 5 pitanja. Sada zbrojite sve bodove.

Vaš rezultat je: \_\_\_\_\_ bodova.



# Objašnjenje rezultata PEDT upitnika.

**8 ili manje bodova:** Rezultat upućuje na to da je malo vjerojatno da patite od prijevremene ejakulacije. Međutim, savjetujte se s liječnikom ili se obratite specijalisti radi temeljitog pregleda ako osjećate nezadovoljstvo s vremenom do ejakulacije i/ili stupnjem kontrole ejakulacije.

**9/10 bodova:** Rezultat upućuje na to da se trebete savjetovati s liječnikom ili obratiti specijalisti radi dodatne procjene.

**11 ili više bodova:** Rezultat upućuje na to da je vrlo vjerojatno da patite od prijevremene ejakulacije. Savjetujte se s liječnikom ili se obratite specijalisti radi ispravne dijagnoze i eventualnog liječenja.

**Ovo je početna procjena prijevremene ejakulacije PEDT upitnikom. Obratite se svom liječniku kako biste dobili potpunu i ispravnu dijagnozu.**

Saznajte sve što Vas zanima ili biste htjeli pitati naše stručnjake o muškom seksualnom zdravlju i prijevremenoj ejakulaciji – posjetite web stranice:

[www.nesamotrenutak.com](http://www.nesamotrenutak.com)    [www.späterkommen.at](http://www.späterkommen.at)



A. Menarini Pharma GmbH  
Pottendorfer Str. 25-27/3/3/Top 1, 1120 Wien  
Tel.: +43-1-879 95 85-0, Fax: +43-1-879 95 85-50

# Više informacija.

## Razgovarajte sa svojim liječnikom.



Posjetite:  
**[www.späterkommen.at](http://www.späterkommen.at)**

Ova internetska stranica nastala je  
u suradnji sa zdravstvenim djelatnicima  
i pomoći će.

Vam da se pripremite za posjetu liječniku.



Sponzorirao:



Europsko društvo  
za seksualnu medicinu



Hrvatsko društvo  
za seksualnu terapiju