

## Potenzstörungen sind keine Seltenheit

Jeder fünfte Mann leidet irgendwann in seinem Leben unter Erektionsstörungen. Sie können verschiedene Ursachen haben und werden durch einige Risikofaktoren begünstigt. Störungen der Potenz können zum Beispiel Folge von Stress, psychischen Problemen aber auch Grunderkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck oder Parkinson sein. Sexuelle Funktionsstörungen belasten die Psyche und die Partnerschaft erheblich. Erektionsstörungen sind medizinisch behandelbar.

Deshalb ist es wichtig, selbst den Punkt zu erkennen, an dem eine ärztliche Behandlung nötig wird. Zu diesem Zweck haben die Ärzte des Informationszentrums für Sexualität und Gesundheit e.V. diesen Fragebogen (FRED) zusammengestellt. Er soll Ihnen helfen zu erkennen, ob Sie an einer behandlungsbedürftigen Erektionsstörung leiden und ob bei Ihnen möglicherweise eine Grunderkrankung vorliegt. Hinweise dazu liefert auch der Erektionsstörungs-Risiko-Check im zweiten Teil. Sie können den ausgefüllten Fragebogen natürlich auch zu Ihrem nächsten Arztbesuch mitnehmen.

## ISG - informiert und berät

Das Informationszentrum für Sexualität und Gesundheit e.V. wurde im April 1999 von Ärzten und Wissenschaftlern aus unterschiedlichen Fachrichtungen gegründet. Dem Vorstand und Beirat des Vereins gehören heute neben Urologen und Psychiatern auch Hausärzte, Internisten, Kardiologen und Gynäkologen an. Anliegen des Vereins ist es, die gesundheitsfördernden Wirkungen der Liebe in das Bewusstsein der breiten Öffentlichkeit zu tragen und bestehende Vorurteile gegen sexuelle Störungen abzubauen.

Das ISG ist heute die erste Anlaufstelle für Hilfesuchende bei sexuellen Störungen. Mit Rat und Tat unterstützen wir all diejenigen, deren Liebesleben direkt oder als beteiligter Partner beeinträchtigt ist. Der Verein fördert das aktive sexuelle Verhalten in der Partnerschaft, denn Liebe hält erwiesenermaßen gesund, wenn sie gesund praktiziert wird.

## Infoline

Rufen Sie uns an. Geschulte Mitarbeiter der ISG-Infoline beantworten Fragen zu Sexualität und Gesundheit. Die Gespräche sind diskret und vertraulich.

**Infoline Montag bis Freitag  
zwischen 15 und 20 Uhr unter**

**0180 - 555 84 84 (12 ct/min)**

Sie können uns auch schreiben. Alle ernstgemeinten Briefe werden auf Wunsch (gegen Rückporto) beantwortet. Gleiches gilt für die Abforderung schriftlicher Informationsmaterialien.

**isg** 

Informationszentrum  
für Sexualität  
und Gesundheit e.V.

Herausgeber: ISG  
Informationszentrum für  
Sexualität und Gesundheit e.V.  
Geschäftsstelle:  
Universitätsklinikum Freiburg  
Hugstetter Str. 55 • 70106 Freiburg  
Email: [info@isg-info.de](mailto:info@isg-info.de)  
[www.isg-info.de](http://www.isg-info.de)

# Potenzprobleme

Erkennen und Behandeln

**FRED**

(FRagebogen zur  
Erektile(n) Dysfunktion)  
schafft Gewissheit

Liebe hält gesund **isg** 

## Erektionsstörungen - sind Sie betroffen?

### Teil A

Die folgenden Aussagen beziehen sich auf die letzten drei Monate. Bitte kreuzen Sie jeweils mit JA oder NEIN an, ob diese Aussage auf Sie zutrifft oder nicht. Denken Sie nicht lange nach, sondern geben Sie die Antwort, die am ehesten zutrifft.

- Wenn ich Geschlechtsverkehr mit meiner Partnerin hatte, habe ich dies oft als nicht befriedigend erlebt.  
 Ja, trifft zu       Nein, trifft nicht zu
- Ich bin mir häufig unsicher, ob ich eine Erektion bekommen oder aufrechterhalten kann.  
 Ja, trifft zu       Nein, trifft nicht zu
- Ich habe in der letzten Zeit weniger Geschlechtsverkehr mit meiner Partnerin gehabt, weil ich befürchtete, ich könnte keine Erektion erreichen oder aufrechterhalten.  
 Ja, trifft zu       Nein, trifft nicht zu
- Mir fällt es beim Geschlechtsverkehr oft schwer, eine ausreichend harte Erektion zu erreichen, um in meine Partnerin einzudringen.  
 Ja, trifft zu       Nein, trifft nicht zu
- Wenn ich beim Geschlechtsverkehr in meine Partnerin eindringe, fällt es mir oft schwer, die Erektion aufrechtzuerhalten.  
 Ja, trifft zu       Nein, trifft nicht zu

### Auswertung Teil A

Insgesamt habe ich ..... Fragen mit JA beantwortet.

Wenn Sie in Teil A mehr als drei Fragen mit JA beantwortet haben, bestehen bei Ihnen Anzeichen für eine Erektionsstörung (Erektile Dysfunktion). Bitte beantworten Sie in diesem Fall auch noch die folgenden Fragen des Teils B.

## Risiko-Check

### Teil B

Leiden Sie an einer der folgenden Krankheiten, bzw. sind bei Ihnen folgende Störungen oder Symptome bekannt?

	Ja	Unsicher	Nein
<b>Diabetes mellitus ("Zucker")</b> z.B. starke Müdigkeit, Schwinden der Muskelkraft, starker Durst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Koronare Herzkrankheit</b> z.B. schnelles "außer Atem"kommen, Schmerzen/Stechen im Brustkorb oder linken Arm bei Anstrengung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Beindurchblutungsstörungen</b> z.B. Schmerzen in Waden/Oberschenkeln bei längerem Gehen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Gehirndurchblutungsstörungen</b> z.B. Kurzzeitiges Nachlassen der Kraft in einem Arm/Bein, Seh-/Sprachstörungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Depressionen</b> z.B. andauernde Niedergeschlagenheit und Energielosigkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Prostata-Probleme</b> z.B. gehäuftes nächtliches Wasserlassen, schwächerer Harnstrahl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Neurologische Erkrankungen</b> z.B. Multiple Sklerose, Epilepsie, Morbus Parkinson	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Operationen oder Verletzungen in der Beckenregion</b> z.B. Prostata, Blase, Darm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Hohe Blutfette</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Bluthochdruck</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Risiko-Check

### Auswertung Teil B

- Sie haben eine oder mehrere Fragen im Teil B mit JA beantwortet.

Im Rahmen dieser Krankheiten oder Störungen kommen Erektionsstörungen vor. Es ist möglich, dass diese die Ursache Ihrer Erektionsprobleme sind. Sprechen Sie Ihren Arzt darauf an, er kann Ihnen wirkungsvolle Hilfe geben.

- Sie haben meherer Male "Unsicher" angekreuzt.

Es gibt bei Ihnen Hinweise auf eine Erektionsstörung. Häufig sind Erektionsprobleme ein erstes Zeichen für das Vorliegen einer anderen Störung oder Krankheit, die auch noch unentdeckt sein kann. Nehmen Sie deshalb diesen Fragebogen zu Ihrem nächsten Arztbesuch mit und klären Sie, ob eine dieser Störungen oder Krankheiten bei Ihnen vorliegen könnte.

Je früher Sie mit ihrem Arzt darüber sprechen, desto besser und schneller kann er Ihnen helfen!

