CLÍNICA VIVALDI · FITXA GRATUÏTA · DISFUNCIONS SEXUALS

Ejaculació retardada

Retard marcat o absència d'ejaculació en la majoria de les trobades sexuals, amb malestar.

SENYALS FREQÜENTS

- Molta dificultat per a ejacular
- Frustració en la relació
- Pot relacionar-se amb fàrmacs

PAUTES PER A TU

1. Revisió mèdica i de medicació
2. Redueix la pressió per l'objectiu
3. Teràpia sexual

PER A LA FAMÍLIA I L'ENTORN

1. Reduïu la pressió per l'objectiu
2. Parleu amb confiança sobre el que us agrada

QUAN DEMANAR AJUDA

1. Consulta al metge si prens antidepressius o altres fàrmacs
2. Si genera malestar en la parella

PER A OBSERVAR I ANOTAR

☐ Em costa molt ejacular
☐ A vegades no aconseguisc ejacular
☐ Em passa en la majoria de les relacions
☐ Em genera frustració
☐ Prenc medicació que podria influir
☐ Em preocupa la reacció de la meua parella
☐ Em passa des de fa mesos
☐ Evite el sexe per això

RECURSOS GRATUÏTS

- Test en línia i pautes: clinicavivaldi.com/va/trastorno/eyaculacion-retardada
- Guia gratuïta: Parella: clinicavivaldi.com/va/guia-pareja
- Línia 024 (conducta suïcida, 24 h) · Emergències 112