

RISIKOCHECK Sexuelle Gesundheit MANN

Alter:.....Jahre



Organische Risikofaktoren

Krankheiten:

- Zu hohes Cholesterin
- Zu hoher Blutzucker
- Zu hoher Blutdruck
- Gefäßerkrankungen
- Neurologische Erkrankungen
- Schilddrüsenerkrankungen
- Wirbelsäulenprobleme
- Bauchumfang größer als 94 cm
- Depression
- Krebs
- Chronische Schmerzen
- urologische Erkrankungen
- (Bsp.: gutartige Prostatavergrößerung, Prostatatumor usw.)

Operationen

- Blutgefäße im Bauchraum
- Becken
- Wirbelsäule
- urologische

Lebensstilsünden

- Rauchen
- Wenig Bewegung
- Fetttes/kohlehydratreiches/süßes Essen
- Süße Getränke
- Regelmäßig erhöhter Alkoholkonsum

Medikamente

- Nehmen Sie regelmäßig Medikamente? Wenn ja welche?.....

Unfälle

- Hatten Sie schon einen oder mehrere Unfälle

Psychische Risikofaktoren

- Nicht geklärte Probleme mit dem /der PartnerIn
- Überzogene Erwartungen an oder von dem/der PartnerIn (tägl. Sex, immer spannender Sex,...)
- Abschätzige Bemerkungen Ihres/Ihrer PartnerIn zu seinen/ihren sexuellen Fähigkeiten
- Strenge sexualfeindliche Erziehung

- Sexuelle Übergriffe
-
- Verunsicherung bei zuviel/zuwenig Nähe
- Unwohlsein bei Körpergerüchen, Schwitzen, Körperflüssigkeiten

Soziale Risikofaktoren

Arbeit

- Stress/Überlastung
- Mobbing
- Angst vor Arbeitsplatzverlust
- Geldsorgen

Familie

- Kleine Kinder
- Probleme mit Familienangehörigen (pubertierende Kinder, Großeltern, Partner,...)
- Kranke Angehörige
- Enge Wohnverhältnisse

Gesundheit

- Soziale/berufliche Einschränkungen durch Erkrankungen

Belastung durch

- Nachbarn
- Freunde
- Anderen

Sexuelle Zufriedenheit

- Unzufriedenheit mit der
 - Art der sexuellen Kontakten
 - Häufigkeit der sexuellen Kontakte
- Über längere Zeit mit Partnerschaft unzufrieden
- Stress, ob in der Sexualität alles funktioniert
- Leistungsdruck, ein „guter Liebhaber/In“ zu sein
- „Positive Reaktionen des/der PartnerIn ist mir sehr wichtig“

Liegt schon ein Sexualproblem vor?

JA

NEIN

Wenn ja, welches.....

