

HSP und Sexualstörungen

Der Leidensdruck

Ein gesundes Sexualleben verstärkt das emotionale Wohlbefinden und die Kraft der partnerschaftlichen Beziehungen (Quelle:Westheimer, Am J Manag Care 2000).

Was passiert bei einer Erektion? Die länglichen Penis-schwelkörper sind wie ein Schwamm von kleinen Hohlräumen durchzogen. Muskelfasern halten die zuführenden Blutgefäße im Ruhestand fest zusammen, so dass nur wenig Blut in die Hohlräume fließen kann. Bei sexueller Erregung entspannen sich die Muskelfasern der Gefäße. Mehr Blut wird in die Hohlräume eingelassen und dort festgehalten. Dabei weiten sich die Arterien, es erfolgt ein verstärkter Bluteinstrom, die Venen werden zusammengedrückt und der Blutabfluß wird gedrosselt. Der Penis wird größer und verfestigt sich.

Wenn ein Patient nicht unter seiner Erektionsstörung leidet (z.B. keine Partnerin), ist eine Behandlung nicht notwendig. Man muss sich nicht mit Impotenz abfinden. Eine seelische Ursache kann der Grund für Impotenz sein, meistens liegt es jedoch an körperlichen Erkrankungen!

Bei den Sexualstörungen des Mannes unterscheidet man in **Erektionsstörung=Impotenz**, **Orgasmusverzögerung**(vorzeitig/verzögert/ fehlend), **Schmerzen bei sexueller Aktivität** und ein **Mangel an Lust**, der wiederum nichts mit Impotenz zu tun hat, sondern eher mit Hormonmangel.

Definition der Erektionsstörung: **Impotenz**, die über einen Zeitraum von mehr als 6 Monaten bestehende oder wiederholt auftretende Unfähigkeit, eine ausreichende Erektion für einen befriedigenden Geschlechtsverkehr zu erreichen und/oder aufrecht zu erhalten. Bei 70% der Männer haben Erektionsstörungen körperliche

Ursachen. Erektionsstörungen treten mit zunehmendem Alter häufiger auf. Es gibt wirksame Behandlungsmethoden gegen Impotenz. Jeder 2. der über 60 jährigen Männer leidet an Erektionsstörungen. (Quelle Feldmann et al, J. Urol. 1994). Bei der Suche nach den Ursachen unterscheidet man erst einmal in seelische und körperliche Ursachen, die sich oft schon in einem Gespräch klären können. Es erfolgen Blutuntersuchungen (Hormone, Zucker, Blutfette), eine Doppler-Ultraschalluntersuchung der Blutgefäße und ein Schwelkörperinjektionstest.

1.körperliche (organische) Ursachen können sein

- Verstopfung von Arterien durch die gleichen Ursachen wie z.B. bei Schlaganfall, Herzinfarkt(hoher Blutdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Rauchen,Übergewicht, Gicht etc.)
- nervenbedingt (z.B. Querschnittslähmung, Diabetes)
- hormonell (z.B. Schilddrüsenstörungen)
- durch Operation (z.B. eines Prostata-Krebses)

2.Psychogen

3. Gemischt

Was kann der Patient dagegen tun?

Vermeiden der Risikofaktoren, wie zu viel Alkohol , mit dem Rauchen aufhören, gesunde Ernährung, Vermeidung von Stress, Übergewicht abbauen und viel Bewegung.

..aber auch

Abbau des Leistungsdrucks durch Gespräche mit dem Partner!!
Erlernen von Entspannungsübungen, Kontrolle und Behandlung der Risikofaktoren wie hoher Blutdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen und etc., keine Medikamente ohne Zustimmung des Arztes.

Patienten bevorzugen eindeutig die **orale** Therapie mit **Viagra, Levitra oder Cialis**. Alle drei hemmen ein für die Erektion wichtiges Enzym (PDE-5), das einer Erektion entgegenwirkt und verstärkt somit den

Blutfluss in den Schwellkörpern. PDE-5-Hemmer verbessern die Durchblutung der Herzkranzgefäße, führen zu einer leichten Blutdrucksenkung und stellen die Gefäße weit. Alle PDE-5-Hemmer sind zur Behandlung von organischen und nicht organischen Ursachen geeignet. Die Therapie mit PDE-5-Hemmern ermöglicht in vielen Fällen ein normales Sexualleben durch einen schnellen Wirkungseintritt (nach ca. 25 Minuten) mit einer guten Standfestigkeit, die Leichtigkeit, eine Erektion zu bekommen und eine ausreichend lange Wirkung. Die Voraussetzung ist in jedem Fall eine sexuelle Stimulation „Ohne Reiz keine Stimulation“, wodurch keine unerwünschten Erektionen auftreten und nach dem Orgasmus klingt die Erektion wieder ab. Therapieerfolge setzen in der Regel nach der ersten Einnahme ein, bei manchen Männern erst nach einigen Einnahmeversuchen. Setzen Sie sich nicht unter Druck. Jeder Patient urteilt in der Regel individuell über die medikamentöse Therapie. Der Partner sollte bei der medikamentösen Therapie immer mit einbezogen werden und immer schon vor dem Kauf der ersten Tablette informiert werden, sonst kann das Entdecken der Tabletten unweigerlich zu großen Mißverständnissen und Verwicklungen führen, die oft irreparabel sind. Der Preis pro Tablette beträgt zwischen 3 und 12 Euro, für einen schönen Abend mit seiner Partnerin sollte dies nicht zu teuer sein. Nebenwirkungen können sein: Vorübergehende Kopfschmerzen, verstopfte Nase, Hitzegefühl und natürlich sollten Sie immer Ihren Arzt und Apotheker fragen und die Packungsbeilage. Beachten. Es ist immer wichtig, erst mit dem Arzt zu sprechen! Kontraindikationen sind ein schlechter Herz-Kreislauf-Zustand, bei dem Geschlechtsverkehr aus gesundheitlichen Gründen gemieden

werden sollte. Auch bei Nitrataufnahme, z.B. „Nitrospray“ oder Molsidomin immer Rücksprache mit dem Arzt halten. Wenn ein Patient nicht unter seiner Erektionsstörung leidet (z.B. keine Partnerin), ist eine Behandlung nicht notwendig. Man muss sich nicht mit Impotenz abfinden. Eine seelische Ursache kann der Grund für Impotenz sein, meistens liegt es jedoch an körperlichen Erkrankungen!

Sexualstörungen bei HSP-Spezialitäten:

- Störungen der sexuellen Erlebniswelt durch HSP-Partnersuche
- Störungen durch Empfinden körperlicher Behinderung
- Störungen durch Empfinden seelischer Behinderung
- Störungen durch Behinderung -Rollstuhl, Katheter, nervliche Funktionsstörungen der Wirbelsäule, Arme, Beine, Genitale.

Erektionsstörungen sind behandelbar!

Helfen Sie mit! Nur so kann die Therapie zum gewünschten Erfolg führen und es lohnt sich! Geben Sie sich und ihrem Körper Zeit und beziehen Sie Ihren Partner mit ein. Und vergessen Sie nicht Ihren Arzt um Rat zu fragen.

-Auch Menschen ohne HSP haben häufig Sexualstörungen

- HSP Patienten müssen ähnliche Tabus überwinden wie Menschen ohne HSP**
- HSP Patienten haben die gleichen Chancen auf Behandlung wie Menschen ohne HSP**

Fazit:

Inkontinenz und Impotenz Belastung für alle Betroffenen, nicht nur bei HSP.