

# Hindernisse in Lust und Liebe



«Es klappt nicht mehr so!», so oder ähnlich formuliert eine Rat suchende Frau Anfang 50 zunächst ihr Anliegen. Wenn ich sie im Rahmen einer Informationsveranstaltung für Patientinnen und Patienten in der Klinik zitiere, verbinde ich das mit der Frage, welche Informationen mir mit diesem Satz wohl vermittelt wurden. Schnell werden Ideen formuliert: «Die Frau spürt keine Lust mehr» oder «vielleicht hat sie Schmerzen beim Verkehr». Auch «der Mann hat Probleme.» und «die Beziehung hat sich verschlechtert» wird vermutet. All dies könnte zutreffen, aber eine vorschnelle Interpretation trifft möglicherweise den Kern des Problems nicht. Daher ist wichtig, genau nachzufragen und die sexuelle Funktionsstörung in den verschiedenen Phasen des Erregungsablaufes im Detail zu erfassen. Die erste Phase ist die Libido, die sexuelle Lust. Sie wird unter anderem durch Phantasien, Erinnerungen, visuelle oder Berührungsreize ausgelöst. Libido-Störungen können bei Männern und Frauen gleichermaßen auftreten. Das Spektrum reicht von einer Libido-

Minderung bis zu totaler Aversion. Die zweite Phase ist die Erregungsphase, die sich bei Männern als Erektion und bei Frauen durch das Feuchtwerden der Scheide und das Anschwellen sowie die vermehrte Durchblutung der Labien zeigt. Störungen der Erregung äussern sich naturgemäss sehr unterschiedlich. Bei Männern sind es verzögerte, weniger intensive oder ausbleibende Erektionen, also eine «erektile Dysfunktion». Der Begriff «Impotenz» ist zu vermeiden, da er nicht zwischen der Erektionsstörung und der Zeugungsunfähigkeit unterscheidet, obwohl letztere trotz unauffälliger Erektion vorliegen kann. Erregungsstörungen der Frauen zeigen sich beispielsweise durch Schmerzen beim Verkehr, ausbleibendes Feuchtwerden oder durch hohe Anspannung im Beckenboden bis hin zum Vaginismus (Scheidenkrampf). Auch die dritte Phase, der Orgasmus, kann störanfällig sein. Bei Männern sowohl als eine vorzeitige, zu schnelle Ejakulation als auch ein verzögerter oder ausbleibender Orgasmus. Orgasmus-Stö-

rungen bei Frauen äussern sich in fehlendem oder spät erlebtem Orgasmus.

«Es klappt nicht mehr so!». Es können sich also viele Störungen in den verschiedenen Phasen hinter dieser Aussage verbergen und sie müssen sorgfältig erfragt werden. Was ist normal? Wo beginnt eine Störung? In Zeiten mit wenig Tabus, vielen Mythen und oft durch die Medien vermittelten hohen Erwartungen sollten diese nicht zum eigenen Massstab erhoben werden. Zu schnell wird dann das Liebesspiel zur Liebesmüh.

Die Gründe für sexuelle Funktionsstörungen sind vielfältig. Körperliche Ursachen wie Bluthochdruck, Diabetes, Stoffwechselstörungen mit hormonellen Verschiebungen, Erkrankungen oder Operationen im Genitalbereich, Beeinträchtigungen des Nervensystems (nach Schlaganfall; bei Parkinson) oder sogar Nebenwirkungen von Medikamenten können vorliegen. Ebenso können psychosoziale Ursachen zugrunde liegen: schlechte Lernerfahrungen, falsche Vorstellungen, Ängste, Selbstwertproblematik, Angst vor Versagen und/

oder Entwertung, Nähe/Distanz-Probleme. Nicht selten kommen verschiedene Gründe zusammen. Was tun? Die grosse Gefahr ist zu schweigen und auf eine spontane Lösung des Problems zu hoffen. Zielführender ist es, Mut zu fassen und das Thema zum Beispiel in der hausärztlichen, gynäkologischen oder urologischen Praxis anzusprechen. Je nach individuellem Befund oder Störungsbild kann dann Beratung und Information oder eine weiterführende Spezialtherapie wie Sexualtherapie erfolgen... damit ES wieder klappt.

*Dr. med. Gertraude Hagmann*



**Dr. med. Gertraude Hagmann**  
Ärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, Psychotherapeutin, Oberärztin der Abteilung für Psychotherapie in der zweiten Lebenshälfte, Klinik Schützen Rheinfelden

*Die Klinik Schützen Rheinfelden ist eine der führenden Privatkliniken für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie. Mit ihrem Klinik-im-Hotel-Konzept bietet sie Patientinnen und Patienten umfassende medizinische Angebote, eine aufmerksame Betreuung sowie viel Komfort und Ambiente. Klinik Schützen Rheinfelden Bahnhofstrasse 19 4310 Rheinfelden*