

«Spontanität» beim Sex

Wunsch und Wirklichkeit

Die beiden wichtigsten Störungen des Sexuallebens beim Mann werden durch Ejaculatio praecox und erektile Dysfunktion hervorgerufen. Störungen des Selbstwertgefühls, Beziehungsprobleme und Chronifizierung sind die gravierenden Folgen. Diese müssen nicht sein, da nicht medikamentöse und pharmakologische Therapien verfügbar sind.

Halid Bas

Erektionsprobleme können schwerwiegende Entwicklungen im Sinne einer Abwärtsspirale auslösen. Von Scham bis zu Verlust der Partnerschaft oder der beruflichen Existenz berichtete Dr. phil. Dania Schifitan, Sexologin, Zentrum für interdisziplinäre Sexologie und Medizin (ZiSM), Zürich. Eine durch eine erektile Dysfunktion (ED) ausgelöste tief greifende Verunsicherung, Belastung der Partnerschaft und subjektiv als existenziell erlebte Bedrohung bestätigte auch PD Dr. med. Alexander Müller, Leitender Arzt Urologie, Universitätsspital Zürich. Männer mit ED trifft die Erfahrung tief, dass sie über ihren Penis keine Hoheit mehr haben, dass sie die Kontrolle über ein als zentral empfundenen Organ verloren haben und daher die Partnerin nicht mehr befriedigen können.

Wie wichtig dieser Aspekt ist, geht auch daraus hervor, dass Männer mit Erektions- oder Ejakulationsproblemen viel früher Hilfe suchen als bei anderen Störungen oder Erkrankungen. Je früher Männer Hilfe suchten, desto leichter sei ihnen zu helfen, betonte die Sexologin, da sich dann noch keine schädlichen Erwartungshaltungen eingeschlichen hätten.

Die ED ist klarerweise mit dem Altern assoziiert. Aus ärztlicher Sicht ist die ED ein Marker für eine kardiovaskuläre Risikokonstellation. Zu den Risikofaktoren für ED gehören daher auch

die für Herz und Gefässe als solche bekannten, allen voran das Rauchen, wie Müller festhielt. Der Aspekt des Risikofaktorenmanagements solle unbedingt mit dem ED-Patienten besprochen werden, da er so eine aktive Rolle wahrnehmen könne, forderte der Urologe.

Rasche Bereitschaft stützt Selbstwertgefühl

Gemäss Befragungen wünschen sich die meisten Männer zur Therapie der ED ein Präparat, das innert 15 Minuten wirkt. Dies hat mit der Vorstellung zu tun, dass Sex spontan zu geschehen hat, auch wenn vor allem in Paarbeziehungen häufig eine gewisse Routine herrscht. Wunsch und Wirklichkeit verhielten

«Aber oft ist auch das Gefühl wichtig, jetzt gleich zu können und nicht erst zwei Stunden warten zu müssen.»

sich also oft diskordant, bestätigte die Sexologin: «Aber oft ist auch das Gefühl wichtig, jetzt gleich zu können und nicht erst zwei Stunden warten zu müssen.» Diese rasche Bereitschaft kann auch für das Selbstwertgefühl bedeutsam sein. Dies wiederum hilft bei den sexualtherapeutischen Bemühungen. Die Zuverlässigkeit der medikamentös gestützten Erektionsfähigkeit ist ein ebenso wichtiger Aspekt wie die Spontanität.

Bei der Wahl des Phosphodiesterase-5-(PDE-5-)Hemmers sollen Patientenpräferenzen berücksichtigt werden. Die einzelnen Wirkstoffe unterscheiden sich zunächst vor allem durch die

Wirkdauer. PDE-5-Hemmer der zweiten Generation besitzen einen raschen Wirkungseintritt und sind dank höherer Rezeptorselektivität besser verträglich. In der Schweiz ist vor Kurzem der Wirkstoff Avanafil (Spedra®) auf den Markt gekommen, der diese Eigenschaften aufweist. Als Wirkdauer werden 18 Stunden angegeben.

Die genaue Information der Patienten ist nach Erfahrung des Urologen sehr bedeutsam. Das betrifft die Erklärung der Wirkungsweise, also die Abhängigkeit von der sexuellen Stimulation, aber auch das Auftreten möglicher Nebenwirkungen, die bei häufigerer Einnahme mit der Zeit auch schwächer werden. Aus den Zulassungsstudien der PDE-5-Inhibitoren ist bekannt, dass ein sehr ausgeprägter Placeboeffekt besteht. Die Anwendung von PDE-5-Hemmern hat über die kurzfristige Wirkung noch weitere Effekte. So werden positive Wirkungen am Gefässendothel und am Schwellkörpergewebe beschrieben.

Hilfe für Patienten mit vorzeitigem Samenerguss

Ein verbreitetes Sexualproblem ist die Ejaculatio praecox. «In erster Linie ist das ein Problem jüngerer Männer, kommt aber auch im mittleren Alter nicht selten vor», sagte Schifitan. Sexualtherapeutisch ist der vorzeitige Samenerguss einfacher zu behandeln. Dabei können den Betroffenen verschiedene Kniffe und Vorstellungen vermittelt

werden, welche den Zeitpunkt der Ejakulation hinausschieben. Das ist für die Beziehung, die für die Frau wegen des enttäuschenden Sexuallebens massiv belastet ist, von grosser Bedeutung. Unterstützend kann der selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) Dapoxetin (Priligy®) bei Bedarf eingenommen werden. So lässt sich die intravaginale Latenzzeit auf das Drei- bis Vierfache verlängern. ❖

Halid Bas

Quelle: «Let's talk about sex! – Was in Schweizer Betten (nicht) läuft», Medienkonferenz der A. Menarini (Schweiz) AG am 30. August 2016 in Zürich.



Informationen für Patienten
mit Ejakulations- und Erektionsstörungen:
www.speedisthekey.ch