

JOURNAL FÜR MENOPAUSE

SENGER G

Liebe nach der Menopause

Journal für Menopause 2003; 10 (Sonderheft 2) (Ausgabe für Österreich), 3-4

Homepage:

www.kup.at/menopause

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

ZEITSCHRIFT FÜR DIAGNOSTISCHE, THERAPEUTISCHE UND PROPHYLAKTISCHE ASPEKTE IM KLIMAKTERIUM

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



LIEBE NACH DER MENOPAUSE

ÄLTER WERDEN HEISST NICHT KÄLTER WERDEN. FÜR 80 % DER FRAUEN BLEIBT SEX WICHTIG ...

EINLEITUNG

Die Revolution fand leise statt. Sie kam nicht über Nacht und zog sich fast ein halbes Jahrhundert hin. Manche bemerkten sie gar nicht so richtig. Aber die, die es unmittelbar betrifft, wissen den Wandel zu schätzen: die Frauen in und nach der Menopause. Es sind die sogenannten „Pillenfrauen“ – die erste Frauengeneration, die auf eine aktiv gestaltete sexuelle und hormonelle Biographie zurückblicken kann.

Die Frauen, die sich heute in oder nach der Menopause befinden, hatten die Möglichkeit, mit Hilfe der Pille selbst über den Zeitpunkt einer Schwangerschaft zu bestimmen. Sie konnten entscheiden, von wem und wie oft sie schwanger werden wollten. Sie konnten ohne dramatische Konsequenzen sexuelle Erfahrungen sammeln und dadurch eine sexuelle Identität erwerben. Dieser Zuwachs an Freiheit und Selbstständigkeit ist den Frauen zwischen 45 und 60 anzumerken. Es ist keine Übertreibung, wenn der Ausdruck „Powerfrauen“ für diese Frauengeneration steht. Sie wissen, was „Nestbau“, Kindererziehung, Familienmanagement, Krankenpflege, Beruf und jede Form von Streß bedeuten. Vor allem kennen sie den Einfluß, den Hormone auf ein Frauenleben haben.

Sie durchlebten Pubertät, Schwangerschaft(en), Leidenschaften, Geburt(en), womöglich auch Fehlgeburt(en) oder Abtreibung(en), Stillperiode(n) und eben die Menopause. Das Klimakterium trifft sie also nicht wie ein Keulenschlag. Bei Untersuchungen sind es meist auch eher die jüngeren Frauen, die das Klimakterium als seelische und körperliche „Hölle“ phantasieren. Andererseits ist es aber auch ärgerlich, wenn einzelne Medienstars und „Superfrauen“ behaupten, daß das Leben eigentlich erst mit dem Klimakterium so richtig beginne, daß der Sex noch nie so toll, das Aussehen

noch nie so gut und die Lebensqualität noch nie so hoch gewesen seien. Solche koketten Verzerrungen wirken auf gleichaltrige „normale“ Frauen einschüchternd. Schlimmstenfalls bewirken sie sogar die unnötige Kapitulation vor dem Älterwerden, das offenbar nur „Superfrauen“ verschont.

Die reife Frau von heute ist zwar so gesund, vital und leistungsfähig wie noch in keiner Frauengeneration zuvor, aber das heißt nicht, daß es nicht doch hormonell bedingte Veränderungen geben kann. Die Schlafqualität kann schlechter werden, die Haut austrocknen, die Knochendichte nachlassen, die Libido schwächer werden. Noch vor einem halben Jahrhundert mußten sich Frauen mit diesen hormonellen Beeinträchtigungen abfinden. Seit die Hormonmedizin die Frau zum Mittelpunkt ihrer Forschungsarbeit gemacht hat, sind nahezu alle typischen menopausalen Beschwerden zu beheben bzw. weitgehend zu bessern. Nur ein Problem war noch bis vor kurzem tabu: die Sexualität der reifen Frau. Hat sie überhaupt noch Interesse daran?

EINE STUDIE DES PHARMA- UNTERNEHMENS ORGANON [1] BESTÄTIGT, WAS VIELE SCHON LÄNGST AHNTEN

Von 1802 Frauen zwischen 50 und 60 gaben 80 % an, daß Sex auch nach der Menopause noch sehr wichtig für sie sei. 77 % betonten die Wichtigkeit der Sexualität für die Partnerschaft. Jede zweite Frau gestand, daß sie sich unglücklich und älter fühlen würde, wenn ihre Libido abnähme.

Diesem leidenschaftlichen Bekenntnis zur Sexualität steht die Tatsache gegenüber, daß es nach der Menopause bei vielen Frauen zu einem Libidoeinbruch kommen kann. Erst

die „Pillenfrauen“, die heute in der Menopause sind, hatten so viel Selbstbewußtsein und Mut, ihre Sehnsucht nach einer erfüllten Sexualität offen auszusprechen. Gründe dafür gibt es genug: Sex kann – vor allem in den Jahren, in denen eine Schwangerschaft ausgeschlossen ist – das weibliche Identitätsgefühl stärken, die Beziehung stabilisieren, die Intimität eines Paares vertiefen, Träger der Zärtlichkeit sein und dem Vitalitätsgefühl Ausdruck geben.

ESTROGEN IST FÜR DIE ABNAHME DER LIBIDO NICHT VERANTWORTLICH

Daß unser Denken, Fühlen und Tun von Hormonen beeinflusst und gesteuert wird, ist allgemein bekannt. Schon winzigste Mengen des hochpotenten Estrogens können die psychische Leistungsfähigkeit und Konzentration stärken, Hitzewallungen beseitigen, die Scheidentrockenheit beheben, die Knochendichte verbessern oder die Stimmung aufhellen. Nach den neuesten Erkenntnissen der Hormonforschung kann eine Estrogentherapie die nachlassende Libido allerdings nicht anregen. Libidosteigernd scheinen eher die männlichen Sexualhormone (Androgene) zu sein, die ebenfalls vom Eierstock produziert werden. Dieser Wirkung wurde allerdings bis heute zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt.

Das niederländische Pharmaunternehmen ORGANON brachte mit Liviel® ein Präparat auf den Markt, das ein synthetisches Hormon (Tibolon) enthält. Es hat dieselben positiven Wirkungen wie Estrogene, darüber hinaus aber auch androgene Effekte und daher einen positiven Einfluß auf die Libido. Eine Untersuchung [2] unter 1189 postmenopausalen Frauen in Österreich zeigte nach viermonatiger Therapie eine

LIEBE NACH DER MENOPAUSE

Verbesserung der klimakterischen Beschwerden. Auch eine von Univ.-Prof. Dr. Christian Egarter von der Universitätsklinik für Frauenheilkunde am AKH Wien an 185 Frauen durchgeführte Untersuchung zeigte eine generelle Verbesserung aller klimakterischen Beschwerden und eine Steigerung der Libido. Natürlich wäre es unangebracht, auf ein „Wundermittel“ zu hoffen. Der Sex der reifen Jahre ist immer auch eine Frage

der Lebens- und Partnerschaftsqualität der betreffenden Frau. Schließlich ist nicht nur sie „in die Jahre“ gekommen, sondern auch die Beziehung: Vielleicht hat in jüngeren Jahren ein Zärtlichkeits-, Anerkennungs- oder Erlebnisdefizit noch keine gravierenden Folgen für die Libido, wohl aber in jener Lebensphase, in der die Triebkraft nicht mehr im Übermaß vorhanden ist.

Literatur:

1. Organon Sexuality and Well-Being Survey in Women over 50, 2002.
2. Egarter C, et al. Efficacy, tolerability, and rare side effects of tibolone treatment in postmenopausal women. *Int J Gynecol Obstet* 1999; 64: 281–6.

Korrespondenzadresse:

Mag. Dr. Gerti Senger
A-1190 Wien, Strehlgasse 32
E-Mail: gertisenger@csi.com

IMPRESSUM

Homepage: www.kup.at/menopause

Offizielles Organ der Österreichischen, der Schweizerischen und der Deutschen Menopause Gesellschaft. Fortbildungsmedium der Schweizerischen Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe.

Editoren:

Univ.-Prof. Dr. Franz H. Fischl, Wien
Univ.-Prof. Dr. Martin H. Birkhäuser, Bern
Univ.-Prof. Dr. Thomas von Holst, Heidelberg

Editor in Chief:

Univ.-Prof. Dr. Franz H. Fischl, Wien

Redaktion:

Univ.-Prof. Dr. Franz H. Fischl,
Universitäts-Frauenklinik Wien,
Klin. Abt. f. gynäkol. Endokrinologie
und Sterilitätsbehandlung,
A-1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20,
Tel. 01/40400/2816, Fax 01/40400/2817

Univ.-Ass. Dr. Gerold Holzer,
Universitätsklinik für Orthopädie,
A-1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20,
Tel. 01/40400/4080, Fax 01/40400/4077

Verleger, Produktion, Anzeigen, Vertrieb:

Krause & Pachernegg GmbH,
Verlag für Medizin und Wirtschaft,
A-3003 Gablitz, Mozartgasse 10,
E-mail k_u_p@EUnet.at,
Tel. 02231/61258-0, Fax 02231/61258-10

Druck:

Druckerei Bösmüller
A-1020 Wien, Obere Augartenstraße 32

Verlagspostamt:

A-3002 Purkersdorf, P.b.b. GZ02Z031111M

Erscheinungsort:

A-3003 Gablitz

Erscheinungsweise:

4x im Jahr
Abonnement: € 30,-/sFr 50,-
für 4 Ausgaben im Jahr (im Ausland zuzüglich
Versandspesen), Einzelheft: € 8,50/sFr 15,-.

Für Mitglieder der Österreichischen, der Schweizerischen oder Deutschen Menopause-Gesellschaft im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Grundlegende Richtung: Fachzeitschrift zur Information und Weiterbildung. Veröffentlichung von wissenschaftlichen Originalarbeiten sowie einschlägigen Berichten aus dem In- und Ausland. Namentlich gezeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder, sondern fallen in den Verantwortungsbereich der Autoren.

Angaben von Dosierungen, Anwendungshinweisen, Applikationsformen usw. erfolgen außerhalb der Verantwortung von Redaktion und Verlag und sind vom jeweiligen Anwender im Einzelfall auf ihre Richtigkeit zu prüfen. Eine Markenbezeichnung kann geschützt sein, auch wenn beim Namen kein Hinweis auf ein Schutzrecht angegeben ist.

Die Zeitschrift und alle in ihre enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Übersetzung, Vervielfältigung, Nachdruck, Reproduktion sowie Einspeicherung in elektronische Systeme ausschließlich mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere Rubrik

☒ Medizintechnik-Produkte



Neues CRT-D Implantat
Intica 7 HF-T QP von Biotronik



Artis pheno
Siemens Healthcare Diagnostics GmbH



Philips Azurion:
Innovative Bildgebungslösung

Aspirator 3
Labotect GmbH



InControl 1050
Labotect GmbH

e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

☒ Bestellung e-Journal-Abo

Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

Impressum

Disclaimers & Copyright

Datenschutzerklärung