

JOURNAL FÜR MENOPAUSE

Welche Bedeutung hat aus Ihrer Sicht die Sexualität bei Ihren Partnerinnen in der Postmenopause?

Journal für Menopause 2005; 12 (Sonderheft 1) (Ausgabe für Österreich), 13-14

Journal für Menopause 2005; 12 (Sonderheft 1) (Ausgabe für Deutschland), 13-14

Journal für Menopause 2005; 12 (Sonderheft 1) (Ausgabe für Schweiz), 13-14

Homepage:

www.kup.at/menopause

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

ZEITSCHRIFT FÜR DIAGNOSTISCHE, THERAPEUTISCHE UND PROPHYLAKTISCHE ASPEKTE IM KLIMAKTERIUM

Unsere **Räucherkegel** fertigen wir aus den feinsten **Kräutern** und **Hölzern**, vermischt mit dem wohlriechenden **Harz** der **Schwarzföhre**, ihrem »Pech«. Vieles sammeln wir wild in den Wiesen und Wäldern unseres **Bio-Bauernhofes** am Fuß der Hohen Wand, manches bauen wir eigens an. Für unsere Räucherkegel verwenden wir reine **Holzkohle** aus traditioneller österreichischer Köhlerlei.

»Eure Räucherkegel sind einfach wunderbar.
Bessere Räucherkegel als Eure sind mir nicht bekannt.«
– Wolf-Dieter Storl

synthetische
OHNE
Zusätze

Waldweihrauch

»Feines Räucherwerk
aus dem *Schneeberg*«
L A N D



www.waldweihrauch.at

WELCHE BEDEUTUNG HAT AUS IHRER SICHT DIE SEXUALITÄT BEI IHREN PATIENTINNEN IN DER POSTMENOPAUSE?

FRAGE 1:
BEDEUTUNG
DER SEXUALITÄT
IN DER
POSTMENOPAUSE

H.-J. AHRENDT, MAGDEBURG

Die Sexualität spielt in jeder Partnerschaft eine sehr grosse Rolle. Sie ist ein zutiefst individuelles Geschehen. Das Bedürfnis nach Liebe und Geborgenheit, nach körperlicher Nähe und Berührung, nach sexueller Erregung und Befriedigung stellt sich darüber hinaus in allen Lebensabschnitten unterschiedlich dar. Die Häufigkeit sexuellen Tuns und auch die Vielfältigkeit sexueller Begegnungen nimmt mit zunehmendem Lebensalter ab. Hierfür verantwortlich sind einerseits die sich verändernden Hormonspiegel, aber auch die Dauer einer Partnerschaft, die Abnahme körperlich-sexueller Anziehung u. a. Dies macht sich in unseren täglichen gynäkologischen Sprechstunden bemerkbar, besonders dann, wenn Frauen sich in der Postmenopause befinden, die letzte Regelblutung mehrere Jahre zurückliegt, Frauen sich also im Östrogenmangel befinden. Die Patientinnen klagen insbesondere über die Trockenheit der Schleimhäute und der Scheide. Die überwiegende Mehrzahl der Frauen klagt in der Postmenopause über Missempfindungen und Schmerzen, insbesondere beim Geschlechtsverkehr, bedingt durch die trockene Scheide. Darüber hinaus wird immer wieder auch über eine Abnahme der Libido, der sexuellen Lust und sexuellen Erregbarkeit berichtet.

M. BIRKHÄUSER, BERN

Auch heute wird die Bedeutung der Sexualität für Frauen in der Postmenopause massiv unterschätzt, wie dies eine von uns durchgeführte Umfrage kürzlich wiederum bestätigt hat. Es ist ein weit verbreiteter Irrtum zu glauben, dass Menschen in höherem Alter sexualitätslose Wesen seien und dass wir uns somit nicht darum zu kümmern brauchen.

Ganz im Gegenteil: Für ältere Paare spielt die Sexualität keineswegs eine kleinere Rolle als für jüngere Paare. Was sich hingegen bei älteren Menschen verschieben kann, ist die Gewichtung der Bedürfnisse innerhalb einer Liebesbeziehung. So kommt in unserer Umfrage klar heraus, dass vor allem bei Frauen nach der Menopause das Bedürfnis nach Zärtlichkeit hoch ist. Der Sexualakt und der Orgasmus allein reichen nicht mehr dazu aus, Frauen in der Postmenopause in einer Partnerschaft glücklich zu machen. Dazu braucht es zusätzlich Zuwendung, Verständnis, einen vertrauensvollen Partner und eben Zärtlichkeit.

Somit ist entscheidend, dass Ärztinnen und Ärzte, die peri- und postmenopausale Frauen betreuen, dazu in der Lage sind, feinfühlig die Thematik von Liebe und Sexualität anzusprechen – ein Thema, das für viele unserer Patientinnen noch weitgehend tabu ist. Deshalb trauen sie sich nur teilweise, diese Fragen von sich aus anzusprechen. In einem Wort: Der Sexualität kommt bei unseren postmenopausalen Patientinnen und ihren Partnern eine sehr grosse Bedeutung zu.

J. BITZER, BASEL

Die Bedeutung der Sexualität bei Patientinnen in der Postmenopause unterscheidet sich sehr stark zwischen den einzelnen Individuen. Für manche Frauen hat die genitale Sexualität wenig Anziehungskraft und die Bedürfnisse und Interessen haben sich auf andere Beziehungs- und Lebensbereiche verlagert. Diese Frauen leiden selbst nicht an der „Libidoabnahme“. Meistens hatte für sie auch früher die Sexualität keine zentrale Bedeutung. Die Situation kann aber für sie zu einem sehr schweren Problem werden, wenn der Partner weiterhin stärker ausgeprägte Bedürfnisse insbesondere nach Geschlechtsverkehr hat. Sie kommen dann ge-

wissermassen „vom Partner geschickt“ in die Sprechstunde.

Für eine zweite Gruppe von Frauen ist Sexualität weiterhin ein sehr wichtiger Bestandteil ihres Lebens. Sie sind durch die möglichen Veränderungen stark verunsichert und beunruhigt. Sie suchen aktiv nach Hilfe.

Eine dritte Gruppe leidet eher versteckt unter sexuellen Schwierigkeiten. Sie scheuen sich davor, offen darüber zu sprechen und fühlen sich durch die möglichen Abklärungen abgeschreckt. Auch besteht öfters Angst, dass die aktive Auseinandersetzung mit der Sexualität sie selbst und ihre Partnerschaft überfordern könnte.

W. EPEL, WIEN

In den letzten Jahren wurden durch die Forschung viele neue Daten erhoben, die uns zeigen, dass ein Defizit an Sexualsteroiden für viele Symptome und Beschwerden der postklimakterischen Frau mitverantwortlich sind, auch wenn sie anfänglich gar nicht mit dem Klimakterium in Verbindung gebracht wurden. Zu diesen zählen Augentrockenheit, Hautprobleme, Gelenksbeschwerden, Harninkontinenz und depressive Verstimmungen, die alle das Wohlbefinden mindern und damit die Sexualität ungünstig beeinflussen. Ältere Menschen haben das gleiche Anrecht auf Sexualität, wie Menschen, die sich in der Reproduktionsphase befinden, wengleich das nicht so gerne diskutiert wird.

D. KEIL, SCHORNDORF

Sexualität bei älteren Menschen, besonders bei Frauen, war bis vor wenigen Jahrzehnten striktes Tabu. Partnerschaft mit Liebe und auch körperlichem Zusammensein ist

FRAGE 1: BEDEUTUNG DER SEXUALITÄT IN DER POSTMENOPAUSE

jedoch in jedem Alter, wenn auch unterschiedlich, vorhanden, so dass die geübte Tabuisierung für viele ältere Menschen grosse Belastungen mit verschiedensten Auswirkungen darstellte.

Nicht zuletzt dank der Präsenz des Themas in den Medien sprechen immer mehr auch postmenopausale Frauen Fragen der Sexualität an. In kleinen Schritten kann man sich dann dem Thema nähern, beginnend meistens mit Beschwerden beim Verkehr, die sich als Schmerzen und Missempfindungen darstellen. In Folge der nachlassenden Östrogenproduktion kommt es zu einer Abnahme der Lubrikation und damit zu Trockenheit der Scheide. Die Folge sind Abnahme der Libido, sogar Unlust mit zunehmend häufiger Verweigerung des Geschlechtsverkehrs. Damit sind der Paarbeziehung grosse Belastungen auferlegt. Dies besonders dann, wenn

die Abnahme der sexuellen Lust in Kontrast zu den wirklichen oder auch nur scheinbaren Bedürfnissen des Partners stehen. Es gibt aber durchaus andere Frauen, die vielleicht im Einklang mit ihren Partnern, eine Abnahme der Sexualität nicht als Defizit darstellen und zumindest angeblich keine partnerschaftlichen Probleme haben.

B. PITTNER, LEIPZIG

In meiner Praxis sprechen ca. 20 % der Patientinnen über Probleme mit der Sexualität in der Postmenopause. Ca. 10 % sprechen mich persönlich an und weitere 10 % geben diese Probleme erst bei Nachfrage im Gespräch an. Die Patientinnen, die über ihre sexuellen Störungen sprechen, sind vor allem Patientinnen mit einem

grossen sexuellen Leidensdruck. Ich denke, dass die Dunkelziffer sexueller Störungen in diesem Altersbereich wesentlich grösser ist.

M. SATOR, WIEN

Mehr als 70 % aller Frauen zeigen nach Eintritt der Menopause Symptome eines hormonellen Defizits der Östrogene, Gestagene und Androgene, bedingt durch die nachlassende Funktion des Ovars. Diese Unterschiede sind individuell verschieden stark ausgeprägt, in vielen Fällen aber so stark, dass sie das Leben der Frauen nachhaltig beeinflussen. Die hormonellen Veränderungen bei postmenopausalen Frauen können mit sexuellen Problemen und einer Verschlechterung unterschiedlicher Aspekte der Libido einhergehen.

Mitteilungen aus der Redaktion

Besuchen Sie unsere Rubrik

[Medizintechnik-Produkte](#)



Neues CRTD 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](#)