




MEDIZIN UND GESUNDHEIT

POTENZPROBLEME

„Männer machen sich zu viel Druck“

15. Juli 2017

Immer mehr Männer unter 40 Jahren haben Potenzprobleme – neue Behandlungsmethode mit Stoßwellen

 von **Gabriele Hellwig**
erstellt am 15.Jul.2017 | 10:00 Uhr

Kürzlich fand der Europäische Kongress für Sexualmedizin in Nizza statt. Das Anliegen der Ärzte und Wissenschaftler: In unserer oft übersexualisierten Welt einige der Mythen über Sexualität wissenschaftlich wieder gerade zu rücken. Dr. Christian Ratz (Foto), Urologe und Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Sexualmedizin, war beim Kongress dabei.

Herr Dr. Ratz, welche neuen Erkenntnisse wurden beim Kongress vorgestellt?

Es ist spannend zu sehen, wie in der Sexualmedizin mittlerweile auch die sogenannte Evidence Based Medicine, also auf wissenschaftlichen Beweisen basierende Medizin, Einzug gehalten hat. Es gibt seriöse Studien fast zu jedem Thema, die es einem erleichtern, Volksmythen von Fakten zu trennen. Zum Beispiel das Thema „Gefahren von Internetpornografie“. Hier scheint mittlerweile durch Studien belegbar, dass der Schaden durch Internetpornografie für unterschiedliche Aspekte des Sexuallebens wesentlich geringer zu sein scheint als in den Massenmedien immer vermutet. Ein wichtiges Thema waren auch neueste Therapieformen bei Potenzstörungen.

Sind davon nicht nur Ältere betroffen?

Das ist ein großer Irrglaube. Schon Männer um die 30 oder 40 sind zum Teil betroffen. Aber mit dem Alter steigt das Erkrankungsrisiko, wie Studien zeigen. Im Alter zwischen 30 und 39 Jahre leiden 2 Prozent unter Potenzproblemen, zwischen 40 und 49 Jahre sind es schon 10 Prozent, in späteren Jahren bis zu 50 Prozent – allerdings gehen wir noch von einer höheren Dunkelziffer aus. Besondere Sorgen bereitet uns auch der Anstieg von Potenzproblemen bei unter 40-Jährigen, den wir seit einigen Jahren beobachten.

Haben Männer falsche Vorstellungen von Sex?

Viele Männer machen sich viel zu viel Druck und Sorgen. Oft glauben sie, sie müssten quasi auf Knopfdruck eine Erektion bekommen. Doch das ist falsch. Wenn es hin und wieder einmal nicht klappt, handelt es sich nicht gleich um eine behandlungsbedürftige Potenzstörung. Das kann jedem Mann passieren. Stress im Job, Ärger in der Beziehung, Müdigkeit – es gibt viele Gründe.

Wann liegt denn eine echte Potenzstörung vor?

Echte Potenzprobleme liegen medizinisch betrachtet erst vor, wenn ein Mann in mehr als zwei Dritteln der Fälle keine Erektion bekommen oder aufrechterhalten kann, die für einen Geschlechtsverkehr ausreicht. Wenn die Beschwerden über längere Zeit bestehen bleiben, bezeichnen wir das als erektile Dysfunktion.

Was fragen die Männer als erstes, wenn sie zu Ihnen kommen?

Sie interessiert am meisten: Was kann ich machen, damit der Sex wieder so ist wie er mal war? Das steht im Mittelpunkt. Die Männer sehnen sich nach früheren Zeiten zurück. Vor allem nach spontanem Sex.

Können nicht Viagra und Co. helfen?

Doch, vielen Männern kann mit diesen Medikamenten geholfen werden, aber: Spontaner Sex ist damit nicht möglich. Der Mann muss genau planen, denn die Mittel wirken erst nach 30 bis 60 Minuten. Das empfinden viele als sehr störend.

Gibt es neue Methoden, diese Störungen zu behandeln?

Da ist an erster Stelle die Stoßwellentherapie zu erwähnen, die neuerdings auch bei Potenzstörungen eingesetzt wird. Der Vorteil gegenüber Viagra ist, dass oft nach erfolgreicher Behandlung wieder spontaner Sex möglich ist.

Wie wirken die Stoßwellen?

Ursache vieler Potenzstörungen ist eine mangelhafte Durchblutung im Penis. Die Stoßwellen regen die Durchblutung an und führen sogar zur Neubildung von Gefäßen, das ist mittlerweile wissenschaftlich nachgewiesen. Für die Behandlung wird ein Therapiekopf über dem Penis positioniert und dann dem Schwellkörperverlauf folgend bewegt. Bei einer einzigen Behandlung werden insgesamt bis zu 5000 energetische Stoßwellen ausgelöst. Die neue Technologie ist so ausgerüstet, dass die Stoßwellen im gesamten Schwellkörper verteilt werden und wirken können.

Hilft das sofort?

Nicht direkt nach dem ersten Mal, oft merken die Männer erst nach der vierten Sitzung eine Besserung. Insgesamt empfehlen wir sechs bis zwölf Sitzungen. Nach neuesten Erkenntnissen ist es übrigens egal, ob die Behandlung ein- oder zweimal pro Woche durchgeführt wird.

Haben die Männer so viel Geduld?

Oft nicht. Daher empfehle ich anfangs zeitgleich einen sogenannten PDE-5-Hemmer täglich niedrig dosiert einzunehmen. Die PDE-5-Hemmer verstärken die durch sexuelle Erregung ausgelöste Entspannung der Muskulatur im Penis und ermöglichen so das Einströmen von Blut in die Schwellkörper. Die tägliche Einnahme bringt zusätzlich wieder die Möglichkeit von spontanem Sex zurück. Die Stoßwelle wiederum hat ein anderes Wirkprinzip und hilft beim Zustandekommen einer Erektion. Mit zunehmender Wirkung der Stoßwellen können die Tabletten reduziert und später eventuell ganz weggelassen werden.

WERBUNG

inRead invented by Teads

Zahlen die gesetzlichen Krankenkassen die Stoßwellentherapie?

Leider nicht. Die Kosten pro Behandlung liegen zwischen 90 und 200 Euro.

Was kann jeder Mann selbst tun, um die Potenz zu verbessern?

Das ist eine sehr wichtige Frage. Ich wundere mich immer wieder, wie leichtfertig junge Männer ihre Potenz aufs Spiel setzen, indem sie rauchen und bereits in frühen Jahren ihren Blutgefäßen einen Schaden zufügen, der später schwer zu reparieren ist. Also wichtig ist: Nicht rauchen, regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung, kein Übergewicht. Und: Grunderkrankungen wie Bluthochdruck und Diabetes müssen unbedingt frühzeitig optimal behandelt werden. Leider können sich 20-Jährige oft nicht vorstellen, dass sie mit 50 noch Sex haben wollen. Aber wir werden heutzutage oft in sehr guter Gesundheit sehr alt und so sehen wir noch 80-Jährige mit dem Wunsch nach einem erfüllten Sexualleben – und das ist völlig normal und erfreulich.



Immer top informiert per WhatsApp & Co.
Erhalte alle Neuigkeiten von "SVZ News" direkt auf dein Smartphone.

