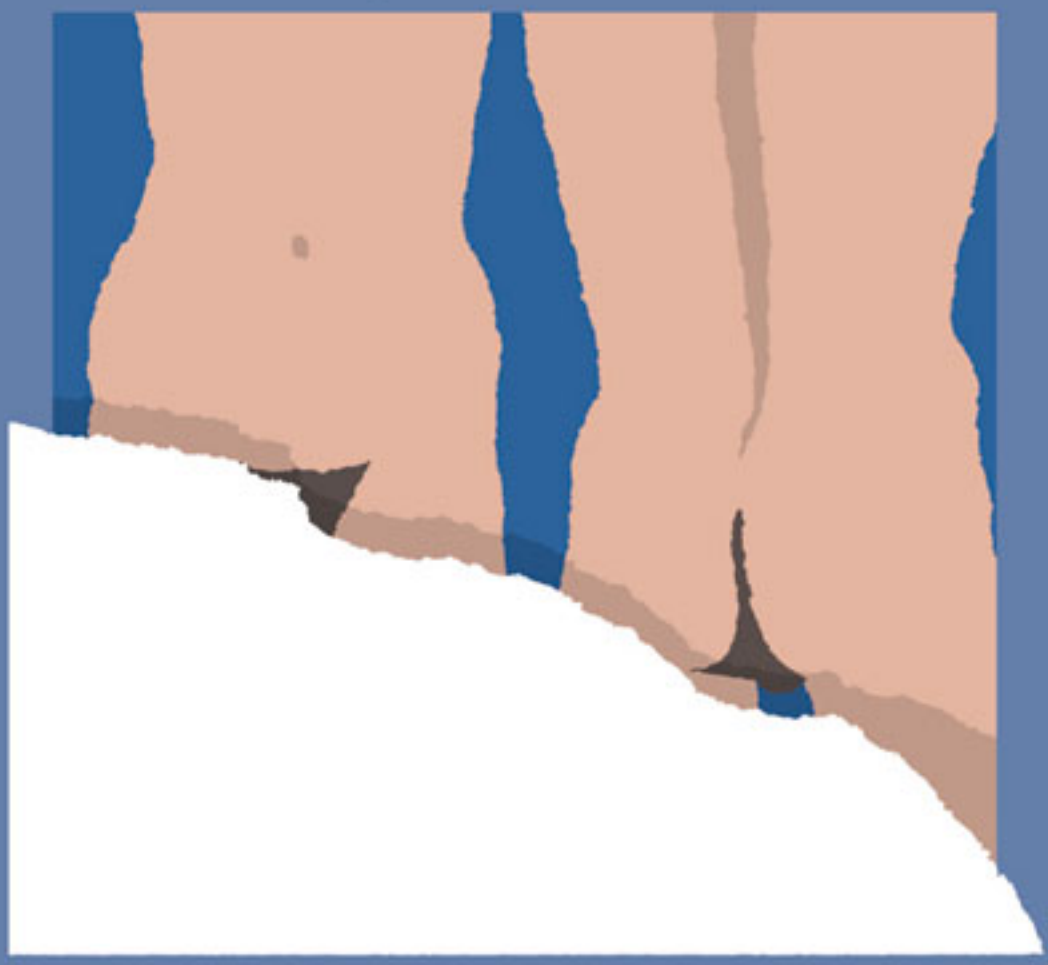
Brigitte Vetter

Sexuelle Störungen

100 Fragen
100 Antworten

Ursachen
Symptomatik
Behandlung



HUBER

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Brigitte Vetter
Sexuelle Störungen

Aus dem Programm Verlag Hans Huber
Psychologie Sachbuch

Wissenschaftlicher Beirat
Prof. Dr. Dieter Frey, München
Prof. Dr. Kurt Pawlik, Hamburg
Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg (CH)
Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen
Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Im Verlag Hans Huber sind weiterhin erschienen – eine Auswahl:

Pierre Dinner
Depression
100 Fragen 100 Antworten
207 Seiten (ISBN 978-3-456-84247-9)

Sabine M. Grüsser / Carolin Nastasja Thalemann
Verhaltenssucht
Diagnostik, Therapie, Forschung
293 Seiten (ISBN 978-3-456-84250-9)

Peter Müller / Herta Wetzig-Würth
Psychotherapeutische Gespräche führen
Wege zu psychodynamisch wirksamen Dialogen
148 Seiten (ISBN 978-3-456-84497-8)

Weitere Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter: www.verlag-hanshuber.com

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Brigitte Vetter

Sexuelle Störungen

100 Fragen 100 Antworten

Ursachen – Symptomatik – Behandlung

Verlag Hans Huber

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfätigung.

Lektorat: Monika Eginger, Susann Seinig
Herstellung: Daniel Berger
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel
Satz: ns prestampa sagl, Castione
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Hubert & Co., Göttingen
Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:
Verlag Hans Huber
Hogrefe AG
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 45 00
Fax: 0041 (0)31 300 45 93

1. Auflage 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84555-5

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfätigung.

Vorwort

Sexualität ist ein Thema, das im wahrsten Sinne des Wortes fast jeden bewegt. Obwohl heute öffentlich darüber gesprochen werden darf, bleibt es ein heikler und meist schambesetzter Bereich, vor allem, wenn es um sexuelle Probleme geht. Fragen – und es gibt sehr viele – werden oft nicht einmal dem Arzt gestellt. Viele sind auch irrtümlich der Meinung, dass sie allein betroffen sind. Da Sexualität auch in Medizin- und Psychologiestudium kaum ein Thema ist, sind selbst Fachleute mit speziellen Fragen manchmal überfordert. Will sich jemand selber helfen und greift zu Büchern oder anderen Quellen, sind einige für Laien kaum verständlich und andere fachlich auch nicht selten falsch.

Das vorliegende Buch soll diese Lücke füllen. Es ist aus meiner langjährigen Tätigkeit als Psychotherapeutin und Sexualtherapeutin und der Erfahrung entstanden, was Menschen interessiert und was sie wissen möchten. Entsprechend gibt es Antworten auf hundert häufig gestellte Fragen zu Ursachen, Erscheinungsweisen und Behandlungsmöglichkeiten sämtlicher sexueller Störungen sowie zu Auswirkungen verschiedener Erkrankungen, Behinderungen und des Alters, oder von Medikamenten, Drogen und Alkohol auf die Sexualität. Einige Fragen sind zur sexuellen Gesundheit sowie zu Häufigkeit, Diagnostik und Vorkommen sexueller Probleme gestellt. Andere befassen sich mit Partnereinflüssen und anderen psychischen Faktoren. Darüber hinaus beschreibt das Buch den sexuellen Reaktionszyklus von Masters und Johnson, die in den 1960er-Jahren erforschten, was bei sexueller Erregung im Körper genau passiert.

Das Buch ist verständlich geschrieben und richtet sich an Laien, doch auch Fachleute aus dem medizinischen und psychologischen Bereich werden einen fachlich fundierten Überblick über den neuesten Wissensstand gewinnen.

Kiel, im September 2007 Brigitte Vetter

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfätigung.

Inhaltsverzeichnis

I. Einführung: Sexuelle Gesundheit – Sexuelle Störung 15

1. **Sexuelle Gesundheit:** Die Definition – nur eine Frage der Norm oder gehört noch mehr dazu? 17
2. **Normales Sexualverhalten:** Ist alles erlaubt, was Spaß macht? 20
3. **Sozialversicherungsrecht:** Ist ein Problem gleich die Behandlung wert? 21
4. **Sexuelle Störungen:** Welche Formen gibt es denn? . . . 24
5. **Begriffe:** Was ist der Unterschied zwischen einer sexuellen Funktionsstörung, einer funktionellen Sexualstörung und einer sexuellen Dysfunktion? 26
6. **Lebensqualität:** Sind sexuelle Störungen nicht ein Randproblem? 28

II. Der sexuelle Reaktionszyklus nach Masters und Johnson 31

7. **Sexuelle Reaktionen:** Funktionieren sie bei allen gleich? 33
8. **Sexueller Reaktionszyklus:** Wie läuft er denn ab? . . . 35
9. **Orgasmus:** Wie baut er sich im Körper auf? 37
10. **Sexuelle Erregung:** Lässt sie sich auch objektiv erkennen? 42
11. **Sexualität im Alter:** Geht das überhaupt? 45
12. **Unterschiede:** Was ist sexualtypisch bei Frau und Mann? 47

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

III. Diagnostik 51

13. Diagnose: Nach welchen Kriterien wird sie eigentlich erstellt? 53

14. Störungsgeschichte: Wann klappt es und wann nicht? 56

IV. Häufigkeit und Vorkommen 59

15. Sexuelle Dysfunktionen: Wie häufig kommen sie denn vor? 61

V. Ursachen 65

16. Sexuelle Funktionsstörungen: Wodurch entstehen diese denn? 67

Psychische Faktoren 69

17. Psyche: Hat sie den größten Einfluss? 69

18. Angst: Ist sie auch im Spiel? 72

19. Unbewusstes: Wie sieht es mit unbewussten Ängsten aus? 74

20. Sexualängste bei Frauen: Gibt es ganz spezifische? . . . 77

21. Leistungsdruck: Wovor haben Männer Angst? 80

22. Traumatische Erfahrungen: Führen sie stets zu Störungen? 82

23. Ärger und Sexualität: Schließen sie sich aus? 84

24. Partnerprobleme und sexuelle Störungen: Wie hängen sie zusammen? 86

25. Paarkollusionen: Was ist darunter zu verstehen? 89

26. Paarbeziehungen: Werden sexuelle Störungen auch als Waffe eingesetzt? 92

27. Typische Beziehungsmuster: Welche lösen die Probleme aus? 94

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

28. Die Geburt des ersten Kindes: Warum gibt es oft danach Probleme? 96

29. Sexualmythen: Welche gibt es und warum tragen sie zur Störung bei? 98

30. Selbstverstärkungsmechanismus: Warum verschwindet das Problem nicht mit der Zeit? 101

Somatische Ursachen

31. Körperliche Faktoren: Welche beeinträchtigen die Sexualität? 103

32. Kranke Menschen: Sollen sie auf Sexualität verzichten? 105

33. Krankheiten und Operationen: Wirken alle negativ? 107

34. Krebserkrankungen und Sexualität: Wie passt das zusammen? 109

35. Entfernung der Gebärmutter und Eierstöcke: Wie ist die Sexualität danach? 111

36. Brustamputation: Leidet die Sexualität sehr stark danach? 114

37. Brustkrebsdiagnose: Wie verhalten sich die Frauen sexuell? 116

38. Vulvektomie: Ist der Geschlechtsverkehr noch möglich? 117

39. Hormonelle Störungen: Wie beeinflussen sie die Sexualität? 118

40. Prostata-Operation: Mit welchen sexuellen Störungen ist danach zu rechnen? 119

41. Künstlicher Darm- oder Blasenausgang: Geht da sexuell noch was? 121

42. Diabetes: Zu welchen sexuellen Problemen kann er führen? 123

43. Nieren-Transplantation und Dialyse: Wirken sie sich günstig aus? 125

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

44. Herzinfarkt: Gibt es den sogenannten Liebestod? . . . 126

45. Querschnittslähmungen: Ist Sexualität danach noch möglich? 128

46. Querschnittsgelähmte: Können sie auch Kinder kriegen? 131

47. Multiple Sklerose: Welche sexuellen Dysfunktionen treten auf? 132

48. Epilepsie und Sexualität: Gibt es da Probleme? 134

49. Psychische Erkrankungen: Dämpfen sie die Lust? 136

50. Alkohol und Drogen: Regen sie nur an? 138

VI. Erscheinungsweisen 139

51. Symptomatik: Frigidität und Impotenz – oder gibt es da noch mehr? 141

Störungen der sexuellen Lust

52. Mangel an Verlangen: Wie oft ist eigentlich normal? 143

53. Sexuelle Appetenzstörungen: Haben andere immer Lust? 145

54. Sexuelle Lustlosigkeit: Kann sie körperliche Gründe haben? 146

55. Fehlendes sexuelles Interesse: Welche psychischen Faktoren gibt es? 148

56. Sexuelle Aversion: Kann denn Lust auch lästig . . . . . sein? 150

57. Sexuelle Unlust: Was lässt sich tun gegen den Frust an der Lust? 152

58. Gesteigertes sexuelles Verlangen: Wieviel Lust ist noch normal? 154

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Störungen der sexuellen Erregung

59. Sexuelle Erregungsstörungen: Ärger mit der Libido? 156

Bei Frauen

60. Erregungsstörungen bei Frauen: Warum macht es plötzlich keinen Spaß mehr? 159

61. Weibliche Erregungsstörungen: Welche Gründe haben sie? 161

62. Erregungsstörungen bei Frauen: Wie können sie behandelt werden? 163

Bei Männern

63. Erektionsstörungen: Warum rührt sich da nichts mehr? 164

64. Erektile Dysfunktion: Ist das ein häufiges Problem? . . . 167

65. Erektionsstörungen: Welche Ursachen haben sie? . . . 169

Behandlung

66. Impotenz: Wie sieht die Behandlung aus? 172

67. Potenzmittel: Was ist von Sildenafil (Viagra®), Tadalafil (Cialis®) und Vardenafil (Levitra®) zu halten? 175

68. Aphrodisiaka: Sind sie tatsächlich wirksam? 177

69. Orale Medikation: Helfen Apomorphin, Psychopharmaka und Testosteron bei erektiler Dysfunktion? 179

70. Mechanische Erektionshilfen: Wie funktioniert eine Vakuumpumpe, ein Penisring und die funktionelle Elektrostimulation des Corpus cavernosum (FEMCC) eigentlich? 181

71. Schwellkörperautoinjektions-Therapie (SKAT) und MUSE®: Lassen sich Prostaglandin E1 (PGE1), Papaverin und Phentolamin auch in die Schwellkörper oder in die Harnröhre direkt verabreichen? 184

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

72. Chirurgische Behandlung: Sind Penisprothesen und gefäßoperative Maßnahmen eine Lösung? 186

73. Priapismus: Was ist zu tun, wenn die Erektion bestehen bleibt? 188

Orgasmusstörungen

74. Orgasmusstörung: Ist sie gelegentlich nicht ganz normal? 190

Bei Frauen

75. Weibliche Anorgasmie: Ein Orgasmus gilt nur vaginal? 193

76. Weibliche Orgasmusstörung: Welche Erklärungen gibt es denn? 196

77. Behandlung weiblicher Orgasmushemmung: Welche Möglichkeiten stehen zur Verfügung? 198

Bei Männern

78. Vorzeitiger Orgasmus: Wann kommt ein Erguss zu früh? 200

79. Vorzeitige Ejakulation: Tritt die Störung häufig auf? 203

80. Vorzeitiger Samenerguss: Warum kommt er viel zu schnell? 205

81. Behandlung des vorzeitigen Samenergusses: Welche Methoden sind wirksam? 207

82. Männliche Orgasmushemmung: Was ist ein verspäteter Orgasmus? 209

83. Verzögerte Ejakulation: Welche Ursachen hat ein verspäteter Orgasmus? 211

84. Behandlung des verspäteten Orgasmus: Was lässt sich denn da machen? 212

85. Ausbleibender Samenerguss: Was ist ein «trockener» Orgasmus und was ist eine retrograde Ejakulation? . . . 214

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

86. Ejakulation ohne Orgasmusgefühl: Warum ist der Höhepunkt so lustlos? 216

Schmerzstörungen

87. Dyspareunie: Was ist darunter zu verstehen? 218

88. Schmerzen beim Geschlechtsverkehr: Wodurch können sie entstehen? 221

89. Vaginismus: Was ist ein Scheidenkrampf? 224

90. Scheidenkrampf: Welche Gründe kann er haben? . . . 226

91. Vaginismus: Wie kann man ihn behandeln? 228

Nachorgastische Reaktionen

92. Missempfindungen nach dem Höhepunkt: Kann ein Orgasmus auch zu Unbehagen führen? 230

VII. Behandlung 233

93. Sexualberatung: In welchen Fällen kann sie helfen? 235

94. Psychotherapie: Wann empfiehlt sich eine Einzeltherapie? 237

95. Sexualtherapie: Was ist darunter zu verstehen? 240

96. Gruppentherapie: Sind Frauen- und Männergruppen wirklich effektiv? 243

97. Paartherapie: Ist sie für jeden angebracht oder kann man nicht auch selber üben? 245

98. Sensualitätsübungen: Wie führt man sie denn aus? 247

99. Behandlungstechniken beim Mann: Wie funktionieren Stop/Start-Methode, Squeeze-Technik und Teasing? 251

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

100. Behandlungsmethoden bei der Frau: Wie wird das therapeutische Masturbationstraining durchgeführt und wozu sind Hegar-Stifte gut? 255

Literaturverzeichnis 257

Sachwortverzeichnis 261

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

I. Einführung: Sexuelle Gesundheit – sexuelle Störung

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfätigung.

1. Sexuelle Gesundheit: Die Definition – nur eine Frage der Norm oder gehört noch mehr dazu?

Tatsächlich ist die Frage, was sexuelle Gesundheit eigentlich ist, nicht losgelöst von dem Problem gesellschaftlicher Normen zu beantworten, denn in jeder Gesellschaft wird das Normale gleichzeitig auch immer als das Gesunde angesehen. Dies gilt natürlich insbesondere für den Bereich der Sexualität. Normen unterliegen jedoch einem ständigen Wandel, so dass sich damit einhergehend auch die Vorstellungen davon, was unter sexueller Gesundheit zu verstehen ist, im Laufe der letzten Jahrhunderte sehr verändert haben.

Aber nicht nur von den Normen, die in einer bestimmten Gesellschaft oder Gruppierung herrschen, hängt es ab, was als sexuell gesund erlebt wird, sondern auch das subjektive Empfinden des Einzelnen spielt eine Rolle. Es gibt nämlich so etwas wie eine subjektive, innere Norm, die bestimmt, was der Einzelne für sich als angemessen empfindet. Dabei kann die eigene Norm durchaus von der äußeren Norm abweichen. So wird z. B. in unserer Gesellschaft Masturbation längst akzeptiert, aber der Einzelne kann sie trotzdem für sich, z. B. aus religiöser Überzeugung heraus, ablehnen.

Daraus resultiert, dass das sexuelle Verhalten und Erleben eines Menschen immer auch in einem gewissen Spannungsfeld zwischen äußeren und inneren Normen stehen kann, d. h. zwischen soziokulturellen Einflüssen und den subjektiven Maßstäben, die bestimmen, was der Einzelne für sich als angemessen empfindet. Hinzu kommt, dass gerade im Bereich des Sexuellen auch die Normen des Partners berücksichtigt werden müssen. Als Arrangement kann dabei herauskommen, dass sich ein Partner dem anderen einfach anpasst bzw. sich ihm unterordnet. Diese Möglichkeit stellt sich auf Dauer aber meist als unbefriedigend heraus und

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

zwar langfristig für beide Partner. Deshalb sind bei einem solchen Verhalten Konflikte innerhalb der Paarbeziehung fast vorprogrammiert. Zu einer besseren Lösung kommt es, wenn beide Partner im Einanderkennenlernen und in gegenseitiger Abstimmung selbst herauszufinden lernen, was für sie stimmig ist und dabei ihre eigenen Maßstäbe zu entwickeln lernen. Dies geschieht beispielsweise in der Einigung darüber, wie häufig ein Paar sexuell zusammen sein möchte. Man spricht in diesem Fall von einer sog. dualen Norm.

Problematisch kann es allerdings immer auch dann werden, wenn die Sexualität beider Partner durch unterschiedliche soziokulturelle Einflüsse geprägt wurde, oder wenn die subjektiven Maßstäbe beider Partner nicht zusammengebracht werden können. Man stelle sich z. B. ein Mädchen aus einer strengen religiösen Sekte vor, das sich in einen Jungen verliebt, dessen Eltern ihn unter dem Einfluss der «sexuellen Befreiungsidiologie» der 1968er-Jahre erzogen haben. Konfliktpotenzial entsteht selbstverständlich aber nicht nur dann, wenn bei einem Partner äußere und innere Normen auseinanderklaffen, sondern erst recht, wenn dies bei beiden Partnern der Fall ist.

Da Sexualität in der Regel in einer Zweierbeziehung stattfindet, ist die Definition der sexuellen Gesundheit eines Menschen auch mit der sexuellen Befindlichkeit des Partners verbunden. Inwieweit beispielsweise ein vorzeitiger Samenerguss von einem Mann als Problem empfunden wird, hängt auch von der sexuellen Reaktionsgeschwindigkeit der Partnerin oder ihrer Einstellung zum Geschlechtsverkehr ab. So empfinden es in einigen Kulturen Frauen als normal, andere sind sogar froh, «wenn alles schnell vorbei ist», so dass die betreffenden Männer auf ihr Problem meist erst dann aufmerksam werden, wenn sie mit einer Frau zusammen sind, die es anders gewohnt ist und die Wert auf die eigene sexuelle Befriedigung legt.

Die Definition einer gesunden Sexualität bezieht sich aber nicht nur auf sexuelle Praktiken, die jeweils in einer Gesellschaft als normal empfunden werden, sondern darüber hinaus bezieht sie auch die Gefühle füreinander, ein Sich-Verstehen und Lieben mit ein. Dies hat auch die Weltgesundheitsorganisation WHO (1975) in ihrer Definition der gesunden Sexualität berücksichtigt. Nach Auffassung der WHO sind bei einer gesunden Sexualität körperliche, emotionale, geistige und soziale Aspekte integriert, und zwar in einer Weise, dass das sexuelle Erleben bereichert

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

wird und sich förderlich auf die Persönlichkeit, die Kommunikation und die Liebe auswirkt.

Diese Beschreibung ist sehr weit gefasst und orientiert sich nicht an einer bestimmten sexuellen Praktik, wie den Geschlechtsverkehr oder an der Heterosexualität. Anders ist dies z. B. bei der wissenschaftlichen Definition von Bräutigam, der noch 1973 formulierte, dass bei einem normalen Sexualverhalten «zwei erwachsene Menschen verschiedenen Geschlechts durch stufenweise Annäherung miteinander vertraut werden und durch genitale Vereinigung zu sexueller Befriedigung kommen». Diese Auffassung wird allerdings auch heute noch von vielen religiösen Gruppierungen geteilt.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

2. Normales Sexualverhalten: Ist alles erlaubt, was Spaß macht?

Nach heutigem soziokulturellem und auch medizinischem Verständnis umfasst die normale Sexualität nicht nur den Geschlechtsverkehr, sondern sie schließt auch eine sehr große Variationsbreite von Erlebens- und Verhaltensweisen mit ein. Neben dem hetero- und homosexuellen Verkehr gehören manuelle, orale und anal-genitale Kontakte, sofern beide Partner damit einverstanden sind, genauso dazu wie Masturbation und der Gebrauch sexueller Phantasien.

Ein normales Sexualverhalten wird in der Regel auch mit einer gesunden Sexualität gleichgesetzt. Zu ihr zählt aber nicht nur die eigene subjektive Befriedigung, sondern sie schließt das Wohlbefinden des Partners ein. Dazu gehört, dass auf beiden Seiten ein Einverständnis mit der sexuellen Aktivität und den sexuellen Praktiken besteht. Dies ist z. B. gerade auch in Bezug auf sadomasochistische Neigungen von besonderer Bedeutung. Als Kriterium für eine normale Sexualität gilt seitens der Psychologie, der Gesellschaft und der Gesetzgebung, dass keiner der Partner unter der sexuellen Aktivität leidet. Darüber hinaus darf sich aus sexualmedizinischer Sicht als weiteres Kriterium einer ungestörten Sexualität aus dem gemeinsamen sexuellen Erleben und Verhalten keine Krankheit entwickeln.

Aus sozial- und entwicklungspsychologischer Perspektive wird heute auch die Erfüllung des menschlichen Grundbedürfnisses nach Akzeptanz, Nähe und Geborgenheit als wesentliches Merkmal sexueller Gesundheit betrachtet. Damit bedeutet ein normales Sexualverhalten bzw. sexuelle Gesundheit nicht nur weit mehr als das Fehlen von körperlichen oder psychischen Beeinträchtigungen oder Störungen der sexuellen Funktionen, sondern auch mehr als die Fähigkeit zur bloßen geschlechtlichen Vereinigung.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

3. Sozialversicherungsrecht: Ist ein Problem gleich die Behandlung wert?

Zwischen normalem und beeinträchtigtem sexuellen Verhalten und Erleben zu unterscheiden ist nicht immer ganz einfach, da es gerade in diesem Bereich große, individuell unterschiedliche Toleranzgrenzen gibt, so dass die Übergänge oft fließend sind. So kann der eine Mann eine ausbleibende Erektion noch als normal empfinden, wenn sie gelegentlich auftritt, während ein anderer schon darunter leidet. Hinzu kommt, dass das sexuelle Verhalten eines Menschen von verschiedenen Einflüssen geprägt wird, die zu unterschiedlichen subjektiven Bewertungen des problematischen Verhaltens führen können. Die religiöse Orientierung, aber auch die kulturelle, soziale und ethnische Herkunft sowie die persönliche Einstellung und Erziehung zählen zu solchen Faktoren. Am Beispiel der Häufigkeit des sexuellen Lustempfindens wird dies besonders deutlich. Aber auch Partnerbeziehungen und familiäre Bindungen spielen eine wichtige Rolle, ebenso wie gesellschaftliche und politische Aspekte. Erwähnt seien beispielsweise die Einstellung zur Homosexualität oder zur Pädophilie, aber auch zu bestimmten sexuellen Praktiken oder zur Masturbation.

All diese Aspekte bestimmen das sexuelle Verhalten und prägen auch die Vorstellung von gesunder bzw. normaler und gestörter Sexualität. Aber es gibt einen weiteren wichtigen Gesichtspunkt, der zur Definition eines sexuell kranken Erlebens und Verhaltens herangezogen werden kann, und der ist der des subjektiven Leidens.

Kranksein bedeutet, dass jemand bestimmte Beschwerden und Symptome aufweist, unter denen er leidet und die dazu führen, dass er sich nicht mehr so fühlt wie vorher. Sind bestimmte Funktionen, wie z. B. die sexuellen, beeinträchtigt, bezeichnet man dies im medizinischen Sprachgebrauch allerdings nicht als Krankheit, sondern man spricht von einer Störung.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Als Voraussetzung für die Behandlung einer Erkrankung oder Funktionsstörung gilt allgemein die Erstellung einer Diagnose aufgrund der vorliegenden Symptome. Allerdings wird eine Störung nicht schon dann diagnostiziert, wenn sie nur einmal oder nur manchmal auftritt. Schließlich kommt es gerade am Anfang einer Beziehung häufiger vor, dass sexuelle Probleme aus Unkenntnis auftreten, sich aber meist im Laufe der Zeit mit zunehmender Erfahrung ganz von selbst erledigen.

Um eine vorhandene funktionelle Symptomatik als Störung bezeichnen und daraus den Anspruch auf Behandlung ableiten zu können, müssen also nicht nur bestimmte Beschwerden vorliegen, sondern es müssen weitere Kriterien erfüllt sein. Diese werden von einer internationalen oder amerikanischen Expertenkommission festgesetzt. Da solche Richtlinien selbstverständlich nicht absolut sein können, sondern immer auch den sich verändernden gesellschaftlichen Vorstellungen von gesunder und gestörter Sexualität unterliegen, müssen sie laufend überarbeitet und angepasst werden.

Dabei werden häufig auch die Fachbezeichnungen geändert. Heute werden beispielsweise die bei Laien geläufigen Begriffe wie Frigidität, Impotenz oder Perversion nicht mehr verwendet, weil sie inzwischen eher zur Herabsetzung eines Menschen verwendet werden als zur Kennzeichnung seines sexuellen Problems.

Maßgeblich für unser heutiges Gesundheitsverständnis und für die Definition sexueller Störungen sowie für die Terminologie sind die internationalen Kriterien der Weltgesundheitsorganisation WHO und die der amerikanischen Psychiatriegesellschaft APA, die in den Diagnosesystemen ICD-10* und DSM-IV-TR** festgelegt sind. Nach diesen Maßstäben wird eine sexuelle Störung dann diagnostiziert, wenn

- erstens eine spezifische Funktionsbeeinträchtigung besteht,
- zweitens sie seit mindestens sechs Monaten andauert (WHO und APA) und
- drittens sie zu deutlichem Leiden oder zu zwischenmenschlichen Schwierigkeiten führt (APA).

* ICD: **I**nternational **C**lassification of **D**iseases (der WHO)
* DSM: **D**iagnostisches und **S**tatistisches **M**anual psychischer Störungen (der APA)

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Aus diesen Kriterien wird deutlich, dass gelegentlich auftretende Beeinträchtigungen im medizinischen Sinne nicht als Störung gelten. Das hat zur Folge, dass in Deutschland die Kosten für eine etwaige Behandlung nicht von den Krankenkassen oder Privatversicherungen übernommen werden müssen. Dies trifft auch auf sexuelle Probleme zu, die bei dem Betroffenen kein Leiden verursachen oder zu keinen zwischenmenschlichen Schwierigkeiten führen. Damit gilt selbst ein völlig erektionsunfähiger Mann, der nicht unter seinem Zustand leidet und der vielleicht eine Partnerin hat, der das nichts ausmacht, entsprechend dieser Richtlinien nicht als behandlungsbedürftig. Aber z. B. auch eine sexuelle Lustlosigkeit, die Leidensdruck hervorruft und die zu Konflikten in der Partnerschaft führt, gilt nicht als behandlungsbedürftige Störung, wenn sie weniger als sechs Monate besteht.

Damit die Betroffenen aber nicht ganz ohne Hilfe bleiben müssen, wurden vielerorts Beratungsstellen eingerichtet, deren Aufgabe es ist, die vorhandene Lücke im Gesundheitssystem zu schließen.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

4. Sexuelle Störungen: Welche Formen gibt es denn?

Unter dem Oberbegriff «sexuelle Störungen» werden ganz unterschiedliche Problemkreise zusammengefasst. Auf der einen Seite fallen darunter Beschwerden, die die sexuelle Funktion, wie z. B. die Erektion betreffen (Erektionsstörungen), auf der anderen Seite wird die Sexualität eines Menschen auch als gestört bezeichnet, wenn das Lustempfinden oder die Partnerwahl vom «normalen» Verhalten abweicht. Solche sog. sexuellen *Präferenzstörungen* werden in der Fachsprache auch *Paraphilien* oder sexuelle Abweichungen *(Deviationen)* genannt. Der frühere Begriff «Perversion» wird heute nur noch im psychoanalytischen Sprachgebrauch oder von Laien verwendet.

Zu den wichtigsten **sexuellen Präferenzstörungen** zählen

- der Fetischismus (sexuelle Erregung durch den Gebrauch unbelebter Objekte wie z. B. Schuhe oder Unterwäsche)
- der Transvestitismus (sexuelle Erregung im Zusammenhang mit dem Tragen der Kleidung des anderen Geschlechts)
- der Voyeurismus (sexuelle Erregung durch die Beobachtung argloser Personen, die nackt sind, sich entkleiden oder sexuelle Handlungen ausführen. Im Volksmund «Spanner» genannt)
- der Exhibitionismus (sexuelle Erregung durch Zur-Schau-Stellen der eigenen Genitalien in der Öffentlichkeit bzw. vor nichtsahnenden Fremden)
- der Sado-Masochismus (sexuelle Erregung durch Zufügen bzw. Ertragen von Leiden und Erniedrigungen)
- die Pädophilie (sexuelle Erregung mit einem Kind vor der Pubertät)

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.

Weiterhin zählen zu den sexuellen Störungen auch die **Geschlechtsidentitätsstörungen**. Sie sind durch ein starkes Unbehagen mit dem eigenen Geburtsgeschlecht und einem anhaltenden Zugehörigkeitsgefühl zum anderen Geschlecht gekennzeichnet. Menschen, die sich im falschen Körper wähnen, werden als transsexuell bezeichnet.

Die **sexuellen Funktionsstörungen** spielen in der sexualtherapeutischen Praxis die größte Rolle. Sie sind dadurch gekennzeichnet, dass sie das subjektive Erleben beeinträchtigen und die gewünschte und angestrebte Beziehung verhindern. Dazu zählen

- Störungen des sexuellen Verlangens (Appetenzstörungen)
- Störungen der Erregung (Erektionsstörungen)
- Störungen des Orgasmus (Ejakulationsprobleme, ausbleibende Befriedigung)
- Schmerzen beim Geschlechtsverkehr (Dyspareunie und Vaginismus)
- nachorgastische Missempfindungen und Verstimmungen.

Brigitte Vetter: Sexuelle Störungen - 100 Fragen, 100 Antworten: Ursachen, Symptomatik, Behandlung, Verlag Hans Huber, Bern 2008
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
Keine unerlaubte Weitergabe oder Vervielfältigung.