

Sexuelle Intimität: keine Frage des Alters

07.09.2011, 18:03 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *jameda GmbH*

Presseagentur: *jameda GmbH*

München, 07. September 2011 - Sexuelle Intimität ist nicht nur ein Privileg der jungen Jahre - auch ältere Menschen haben häufig noch diesen Wunsch. Doch im fortgeschrittenen Alter können Erkrankungen das Liebesleben erschweren, so Dr. Iris Hinneburg, Gesundheitsredakteurin des Arztempfehlungsportals jameda.de.

Wenn das Stehvermögen nachlässt

Mit zunehmendem Alter dauert es bei Männern erfahrungsgemäß länger, bis sich eine Erektion aufbaut. Neben dem normalen Alterungsprozess können auch verschiedene Erkrankungen zu einer Impotenz beitragen. Wichtigster Risikofaktor sind verschiedene Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Durchblutungsstörungen. So kann sich beispielsweise eine Arteriosklerose (Arterienverkalkung) auch in den kleinen Blutgefäßen des Schwellkörpers am Penis bemerkbar machen. Stoffwechselstörungen wie Diabetes können ebenfalls die Potenz stören. Von einigen Medikamenten, die etwa bei Bluthochdruck eingesetzt werden, ist diese Nebenwirkung auch bekannt. Manchmal ist auch ein Abfall des Testosteronspiegels verantwortlich.

Wenn man unter Erektionsstörungen leidet, kann häufig der Urologe des Vertrauens weiterhelfen. Der Griff zur "blauen Pille" sollte unbedingt mit dem Arzt besprochen werden: Denn Viagra und Co. können bei bestimmten Erkrankungen oder in Kombination mit verschiedenen Medikamenten möglicherweise lebensgefährlich sein.

Problem: Trockene Scheide

Viele Frauen leiden nach den Wechseljahren unter einer trockenen Scheide. Schuld daran ist vor allem der Abfall des Östrogenspiegels. Er sorgt dafür, dass die Schleimhaut der Vagina dünner wird und weniger Feuchtigkeit produziert. Dadurch können beim Sex Schmerzen auftreten. Abhilfe können Gleitgele schaffen. Bei sehr starken Beschwerden sollten die Betroffenen mit einem Gynäkologen besprechen, ob in ihrem Fall die Behandlung mit einer östrogenhaltigen Vaginalcreme das Problem lindern kann.

Blasenschwäche und Sexualität

Ein weiteres häufiges Problem im Alter ist die Blasenschwäche. Der unfreiwillige Verlust von Urin kann sowohl Männer als auch Frauen betreffen. Bei Männern sind meist Probleme mit der Prostata beteiligt, bei Frauen eine Schwäche des Beckenbodens. In beiden Fällen leidet häufig das Liebesleben unter den Inkontinenz-Problemen, denn die Betroffenen befürchten die Peinlichkeit, beim Sex Urin zu verlieren. Experten ermutigen dazu, das offene Gespräch mit dem Hausarzt zu suchen, denn in vielen Fällen lässt sich Inkontinenz behandeln. Auch einige Medikamente können eine Inkontinenz verstärken - ein Wechsel des Arzneimittels kann manchmal auch helfen, das "nasse Problem" in den Griff zu bekommen.

Selbsthilfe ist möglich

Fachleute raten dazu, vor dem Sex die Blase zu entleeren - so sinkt das Risiko, dass im Bett ein "Malheur" passiert. Es lohnt sich auch auszuprobieren, ob der Verzicht auf harntreibende Getränke wie Tee und Kaffee hilft. Ein Handtuch oder eine spezielle Unterlage im Bett kann kleinere Mengen Urin diskret aufsaugen. Altersmediziner weisen auch darauf hin, dass ein vertrauensvolles Verhältnis der Partner Pannen im Bett häufig kompensieren kann - so finden sich Mittel und Möglichkeiten, trotz altersbedingter Probleme ein erfüllendes Sexualleben zu führen.

Portrait

Über die jameda GmbH:

jameda.de ist Deutschlands größte Arztempfehlung. Sie unterstützt Patienten, genau den richtigen Arzt für sich zu finden. Empfehlungen anderer Patienten helfen bei der Suche nach dem passenden Mediziner. Die jameda-Arztsuche wird über 1,5 Mio. Mal pro Monat genutzt. Datenbasis bilden bundesweit rund 250.000 Ärzte sowie 230.000 Institutionen und Heilberufler. Um besser gefunden zu werden, können Ärzte auf jameda.de ihre Praxis vorstellen und umfassend über ihr Leistungsspektrum informieren. Zudem können sie als Spezialisten im jameda Experten-Ratgeber Artikel in ihren Fachgebieten veröffentlichen. Die jameda GmbH mit Sitz in München ist ein Unternehmen der Tomorrow Focus AG.

News-ID: 568651 • Views: 1367 (Stand: 19.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/568651/Sexuelle-Intimitaet-keine-Frage-des-Alters.html>