

Zucker macht Männer impotent



Viele Männer sind betroffen, aber kaum einer spricht darüber: Diabetes kann zu sexuellen Störungen und damit zu schweren seelischen Belastungen führen. Anstatt Hilfe in Anspruch zu nehmen, führen betroffene Männer oft einen einsamen und verzweifelten Kampf gegen die massive Belastung von Körper und Seele.

Jeder zweite Mann, der an fortgeschrittenem Diabetes leidet, leidet auch an Impotenz. Mitunter ist auch die Erektionsstörung das erste Anzeichen für eine Zuckerkrankheit. „Weil sich der Patient schämt, an einer erektilen Dysfunktion zu leiden, kann es auch passieren, dass Diabetes jahrelang nicht erkannt und behandelt wird“, bedauert Urologe Dr. Asam Said, Konsiliarfacharzt am Landeskrankenhaus Freistadt. Oft leiden betroffene Männer aber nicht nur unter Erektionsstörungen, sondern auch unter einem Verlust ihres sexuellen Verlangens. Und das macht Diabetes-Männern am meisten zu schaffen.

Das Versagen kann viele Ursachen haben

„Beim Diabetiker gibt es für sexuelle Störungen meist mehrere Ursachen“, informiert Dr. Said. Häufigste körperliche Ursache ist eine Neuropathie. In Folge der Diabetes-Erkrankung kommt es zu einer Schädigung der Nerven im Genitalbereich. Die ausreichend lange und kräftige Versteifung des Penis kommt immer öfter nicht zustande; schließlich ist eine Erektion überhaupt nicht mehr möglich. Typisch ist ein allmählicher,

sich über Jahre erstreckender Funktionsverlust des Penis. Auch Durchblutungsstörungen sind auf Grund von Gefäßveränderungen Ursache sexueller Probleme. Nicht selten sind die Nebenwirkungen unterschiedlicher Medikamente, wie z.B. Beta-Blocker zur Bluthochdruck-Behandlung Auslöser dafür, dass es im Bett nicht mehr klappen will. Schließlich können Hormonstörungen, Veränderungen am Penis selbst und Folgen von Operationen im Beckenbereich die sexuellen Fähigkeiten beeinträchtigen.

Bei etwa jedem zweiten Diabetiker mit Impotenz spielen seelische Probleme eine bedeutende Rolle. „Die Sorge um die Gesundheit, Angst um den Arbeitsplatz, beruflicher Stress, familiäre Probleme, Depressionen und natürlich die Angst vor dem sexuellen Versagen können zu einer Erektionsstörung führen“, erklärt Said. Die sexuelle Revolution hat zwar dazu geführt, dass wir heute sehr viel offener und freier mit unserer Sexualität umgehen. Sie hat jedoch andererseits sexuellen Leistungsdruck erzeugt, der zu Versagensängsten führen kann. Völlig übertriebene Darstellungen männlicher Sexualität in den Medien lassen

Expertentipp



Dr. Asam Said
FA für Urologie, Konsiliarfacharzt am Landeskrankenhaus Freistadt und einer Ordination in Perg und in Freistadt

„Diabetes ist schon Leid genug. Wenn Impotenz dazu kommt, sollten sich betroffene Männer auf keinen Fall schämen, einen Urologen aufzusuchen. Es gibt Hilfe!“

viele Männer an sich selbst zweifeln. Haben sich die Erektionsstörungen nicht langsam schleichend, sondern eher plötzlich

Lesen Sie weiter auf Seite 6





eingestellt oder treten sie nicht immer, sondern nur unter bestimmten Umständen auf, spricht dies eher für psychische Ursachen als für körperliche. Auch wenn nächtliche oder morgendliche Erektionen vorkommen, muss eher an psychische als an körperliche Ursachen gedacht werden.

Erektionsstörungen sind jedoch häufig nicht entweder auf organische oder psychische Ursachen zurück zu führen, sondern sowohl als auch. Beide Ursachenbündel wirken zusammen. „Wenn es beispielsweise durch den Diabetes einmal zu sexuellem Versagen gekommen ist, entwickeln die Betroffenen Angst vor weiteren Blamagen“, so Dr. Said. Die Versagensangst verstärkt das vom Diabetes verursachte Problem massiv. Auch dann, wenn organische Ursachen eindeutig nachgewiesen sind, sollten die psychischen nicht übersehen werden.

Was tun, wenn „nichts mehr geht“

Um Erektionsstörungen auf den Grund gehen zu können, sollte zu Beginn ein ausführliches Gespräch mit dem Arzt stehen. Darin müssen Daten zur Krankheitsgeschichte des Diabetes und seiner Komplikationen erhoben werden. Fragen nach Operationen, Unfällen oder anderen Krankheiten sowie zur Dauer und zur Entwicklung der sexuellen Störung sind ebenso wichtig wie die Erörterung persönlicher Daten. Durch Arbeitslosigkeit, Überlastung am Arbeitsplatz, Beziehungsprobleme,

familiäre Probleme, Schulden oder chronische Schmerzen können sexuelle Störungen ausgelöst oder verstärkt werden. Schließlich ist zu klären, welche Medikamente eingenommen werden: Erektionsstörungen sind bei bestimmten Arzneimitteln eine häufige Nebenwirkung. In der Regel muss auch eine körperliche Untersuchung der Geschlechtsorgane erfolgen. Blutuntersuchungen (Blutzucker, Nierenfunktion, Schilddrüsenhormone und Geschlechtshormone) sind sinnvoll, um schwerwiegende körperliche Erkrankungen erkennen und gegebenenfalls behandeln zu können.

Nach Abschluss dieser Untersuchungen kann in den allermeisten Fällen eine Weichenstellung für das weitere Vorgehen vorgenommen werden. Hat die sexuelle

Störung eine überwiegend seelische Ursache, ist die Behandlung durch einen erfahrenen Psychotherapeuten sinnvoll und erfolgversprechend. Beschränkt sich die Ursache weitgehend auf körperliche Veränderungen,

sollten zunächst medizinische Behandlungsmöglichkeiten erwogen werden.



Wenn eingreifende Behandlungsverfahren beim Mann ins Auge gefasst werden, sind weitere Untersuchungen nötig. Es wird eine Ultraschalluntersuchung der blutversorgenden Gefäße des Penis gemacht. In Einzelfällen können auch aufwändige Untersuchungen wie eine Gefäßdarstellung der Penisadern erforderlich sein.

Vielfältige Behandlungsmethoden

„Um Impotenz bei Diabetes behandeln zu können, müssen zunächst Blutzucker, Blutdruck und Blutfette so normal wie möglich eingestellt werden, um das Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern“, informiert der Urologe vom Landeskrankenhaus Freistadt. Dabei helfen Bewegung, gesunde Ernährung und der Abbau von Übergewicht.

Unterstützend kann der Arzt Potenz-Tabletten verordnen. Sie eignen sich aber

nicht für alle Männer und werden nicht von der Kasse bezahlt. Seit 1998 ist in Europa die medikamentöse Behandlung von Erektionsstörungen möglich. Bekannt geworden ist die Substanz Sildenafil (Viagra®), weitere Präparate sind Cialis® und Levitra®. Bei rund 60 Prozent der Diabetiker kann etwa 30 bis 60 Minuten nach der Einnahme dieser Medikamente eine Erektion zustande kommen, die Erektion hält ein bis vier Stunden an. Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Sehstörungen, Hitzewallungen, Verdauungsstörungen sind relativ häufig. Mögliche Risiken durch die Einnahme, insbesondere bei Herzerkrankungen, müssen mit dem Arzt gründlich abgeklärt werden. Die genannten Medikamente wirken nicht, wenn das sexuelle Verlangen des Mannes beeinträchtigt oder erloschen ist.

Bei der Anwendung der Vakuumpumpe wird durch das entstehende Vakuum Blut in den

Penis gezogen, so dass dieser ausreichend steif und verdickt wird. Die so herbei geführte Erektion wird mit Hilfe eines Gummibandes, das über den Penis gestreift wird, für rund 30 Minuten aufrecht erhalten. Schwerwiegende medizinische Nebenwirkungen bestehen bei dieser Methode nicht, das Gummiband wird jedoch gelegentlich als störend empfunden. Bei der Schwellkörper-Injektion (SKAT) wird mittels einer Insulin-Spritze oder eines Pens (Caverject®) ein Medikament (Prostaglandin E1) in den Penis eingespritzt. 15 Minuten später kommt es zu einer Erektion, die etwa eine Stunde lang anhält. Mehr als 70 Prozent der Patienten sind mit dem Ergebnis dieser Methode zunächst zufrieden, führen sie oft aber nicht dauerhaft durch. Das liegt vermutlich an den relativ häufigen Nebenwirkungen: Schmerzen an der Einstichstelle und im Penis, örtliche Blutergüsse und

Lesen Sie weiter auf Seite 8



Kreislaufprobleme. In seltenen Fällen kann es auch zu stark verlängerter Erektion kommen (mehr als sechs Stunden), die eine sogenannte „Gegeninjektion“ erfordert. Eine gründliche Einweisung durch einen erfahrenen Urologen ist erforderlich. Die Einbringung eines Medikaments in die Harnröhre hat sich nicht bewährt.

Die operative Versorgung mit einer Penis-Prothese stellt eine aufwändige und nicht ganz risikofreie Behandlungsmöglichkeit dar und kommt daher nur bei Versagen der bisher angeführten Maßnahmen in Frage. In den Schwellkörper werden luftballonartige Hohlkammern eingepflanzt, die bedarfsweise mit Gas oder Flüssigkeit gefüllt werden,

wodurch dann eine Erektion herbeigeführt wird. Bei erfahrenen Operationsteams ist die Erfolgsquote hoch, jedoch muss auch dort in rund fünf Prozent der Fälle mit Komplikationen (Infektionen, mechanische Probleme) gerechnet werden. Durch eine Penisprothese wird die Verwendung anderer Behandlungsverfahren zu einem späteren Zeitpunkt unmöglich.

Hilfe für die Seele in Anspruch nehmen!

Psychologische Beratungen und Psychotherapie können im Zusammenhang mit sexuellen Störungen von Bedeutung sein. Es können zum einen Depressionen oder Versagensangst erkannt und erfolgreich psychotherapeutisch behandelt werden,

zum anderen auch die psychischen Folgen für den Betroffenen besprochen und gemildert werden. In einer Familientherapie können Partnerschaftskonflikte als mögliche Ursachen der sexuellen Störung bearbeitet werden. Ebenso können die Auswirkungen der Impotenz für die Partnerschaft betrachtet und gelindert werden. Im gemeinsamen Paargespräch in Anwesenheit von Therapeuten können Wünsche und Erwartungen ausgetauscht und Wege gefunden werden, wie gegebenenfalls konstruktiv mit einer Behinderung umgegangen werden kann. Bei Orgasmus- und Ejakulationsstörungen kann eine Sexualtherapie hilfreich sein.

Mag. Kornelia Wernitznig



Info

Ursachen für Erektile Dysfunktion bei Männern mit Diabetes

- Neuropathie (Störung der Nervenfunktion)
- Durchblutungsstörungen
- Medikamenten-Nebenwirkungen (Beipackzettel lesen!)
- Diabetes mellitus (erhöhte Blutzuckerwerte)
- Hormonstörungen
- Veränderungen am Penis
- Operationsfolgen
- Andere schwere Erkrankungen
- Seelische oder soziale Belastungen

Therapeutische Maßnahmen

- Blutzuckerkontrolle
- Verzicht auf Alkohol und Nikotin
- Reduktion von Übergewicht
- Körperliche Bewegung
- Überprüfung der potenzgefährdenden Medikamente
- Sexualberatung
- Behandlung durch Tabletten (Viagra, Cialis, Levitra)
- SKAT Therapie
- Vakuumpumpe
- Operative Einbringung einer Penis-Prothese
- Gefäß erweiternde Operationen
- Hormonersatz-Behandlung