

bestimmen lässt. Diese Methode gilt als oft qualitativ besser als andere Labormethoden.

Schmerzen beim Geschlechtsverkehr und Verlust des sexuellen Empfindens

Schmerzen beim Geschlechtsverkehr können durch Vulvar-Vestibulitis, Vulvodynia, oder Vaginismus entstehen. Brennende und stechende Schmerzen sind häufig die Folge von Vulvar-Vestibulitis und Vulvodynia, während Vaginismus mit schmerzvollen vaginalen Muskel-Spasmen einhergeht, die während des Geschlechtsverkehrs oder in Erwartung dessen auftreten.

Der Verlust des sexuellen Empfindens kann das sexuelle Interesse von Frauen herabsetzen und kann mit hormonellen Faktoren, Verletzungen der Beckenbodens sowie Unterleiboperationen (wie Gebärmutterentfernungen) einhergehen.

Ihren Körper besser kennenlernen

Kenntnis des eigenen Körpers sowie der physischen Mechanismen von Sex sind essentiell weil dies Frauen ein Verständnis des eigenen Körpers ermöglicht. Diese Brochure enthält einige Vorschläge zur Informationssuche.

Psychosoziale Faktoren

Kulturelle und religiöse Tabus, Stress, Befangenheit, sexueller Missbrauch und andere psychosoziale Faktoren können das sexuelle Interesse von Frauen beeinträchtigen. Durch psychologische Beratung können diese Themen bearbeitet werden was die Qualität Ihrer Sexualbeziehung steigern kann. Psychologische Beratung wird v.a. dann

empfohlen, wenn von Ihrer Ärztin medizinische Gründe für Ihr eingeschränktes sexuelles Interesse ausgeschlossen werden könnten.

Andere Faktoren

Andere sexuelle Schwierigkeiten, wie Störungen der sexuellen Erregung und des Orgasmus, können Ihr sexuelles Interesse beeinträchtigen

Weitere Informationen

www.TWSHF.org- resource section

I'm Not in the Mood: What Every Woman Should Know About Improving Her Libido; Reichman, Judith. 1999. New York: Quill.

Getting The Sex You Want: A Woman's Guide to Becoming Proud, Passionate, and Pleased in Bed; Leiblum, Sandra and Judith Sacks. 2002. New York: Crown Pub.

What Your Mother Never Told You About Sex; Hutcherson, Hilda. 2002. New York: Putnam.

Becoming Orgasmic: A Sexual and Personal Growth Program For Women; Heiman, J and J. LoPiccolo. 1988. New York: Prentice Hall.

© TWSHF 3/4/06 German translation

Leiden Sie an eingeschränktem sexuellen Interesse?



**The Women's Sexual
Health FoundationSM**
www.twshf.org

Eine Studie in dem angesehenen *Journal of the American Medical Association* (1999) dokumentiert, dass 43% aller amerikanischen Frauen unter sexuellen Stoerungen leiden. Etwa ein Drittel der Frau berichteten von einem Verlust oder einer Einschraenkung von sexuellen Verlangen.

Der Verlust von sexuellen Verlangen oder Interesse wurde von einem Expertengremium zur Diagnose von FSD als Hypoactives Stoerung des Sexuelles Interesses definiert, im Englischen *Hypoactive Sexual Desire Disorder (HSDD)*. HSDD kann nur dann diagnostiziert werden, wenn folgende Symptome haeufig und andauernd auftreten was von der Patientin als stoerend empfunden werden: Defizit oder Mangel an sexuellen Fantasien / Gedanken und /oder Verlangen nach oder Empfaenglichkeit fuer sexuelle Aktivitaeten. Auch wenn das Fehlen von sexuellem Interesse von der Patientin als nicht stoerend empfunden wird, sollte die Auswirkungen auf die Partnerbeziehung in Erwaegung gezogen werden.

Was sind die Ursachen und Behandlungsmethoden fuer eingeschraenktes sexuelles Interesse?

Die Ursachen fuer eingeschraenktes sexuelles Verlangen koennen physischer und psychischer Natur sein, die beide in Betracht gezogen werden muessen, bevor eine Behandlung eingeleitet werden kann. Medikamente, hormonelle Faktoren, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr und der Mangel an Wissen ueber die koerperlichen Aspekte von Sexualitaet sowie psychosoziale Faktoren koennen zu HSDD beitragen.

Medikamente:

Falls Sie eine Verringerung Ihres sexuellen Interesses nach der Einnahme eines Medikamentes zur Empfaengnis-Verhuetung, Blutdrucksenkung oder gegen Depression bemerken sollten, teilen Sie dies ihrer Therapeutin / ihrem Arzt mit.

Es ist nicht vollkommen klar, wie Anti-Baby-Pillen das sexuelle Verlangen beeinflussen. Besprechen Sie mit ihrer Aerztin, ob Sie die Einnahme der Pille unter zu Hilfenahme anderer Verhuetungsmittel fuer einige Monate unterbrechen koennen.

Medikamente zur Bluckdrucksenkung koennen zu sexuellen Dysfunktionen bei Maennern fuehren; eine aehnliche Wirkung kann bei Frauen auftreten.

Viele Anti-Depressiva, mit der moeglichen Ausnahme von Wellbutrin, koennen zu Verinnerung sexueller Erregbarkeit fuehren.

Selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI) wie Prozac, Paxil, Celexa und andere, sind dafuer bekannt, dass sie haeufiger sexuelle Probleme verursachen.

Fragen Sie Ihren Apotheker nach einer Packungsbeilage fuer Ihr Arzneimittel, so dass Sie sich ueber Ihr Medikament und dessen moegliche Wirking auf Ihr sexuelles Verlangen oder andere Aspekte Ihres sexuellen Erlebens informieren koennen.

Falls Sie sich ueber moegliche sexuelle Auswirkungen Ihrer Medikamente Gedanken machen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt / Ihrer Aerztin ueber Alternativen. Falls Sie die Anti-Baby-Pille nehmen, informieren Sie sich ueber

andere Empfaengnis-Verhuetungsmittel, die Sie eine zeitlang benutzen koennten.

Besprechen Sie die Wichtigkeit jedes einzelnen Medikaments und eine moegliche Reduzierung der jeweiligen Dosis (bis hin zur moeglichen Unterbrechung der Einnahme). Dies kann nur in Zusammenarbeit mit Ihrer Aerztin unternommen werden.

Hormonelle Faktoren

Testosteron ist ein Hormon, das bei Maennern und Frauen vorkommt. Testoron wird von Eierstoecken und Niebennieren der Frau hergestellt; die Produktion von Testosteron nimmt normalerweise drastisch ab, wenn die Eierstoecke bei Frauen im fortpflanzungsfahigen Alter operativ entfernt werden. Eine langsamere und kontinuierliche Abnahme von Testosteron zeigt sich bei Frauen, die sich in den Wechseljahren befinden oder diese hinter sich haben. Eine niedriges Testosteron-Niveau laesst sich aber auch manchmal bei juengeren zwanzig- oder dreisig-jaehrigen Frauen feststellen.

Das Testosteron-Niveau kann in dem sexuelle Interesse der Frau eine Rolle spielen. Das Niveau von Testosteron und anderen Hormonen kann durch Blutproben untersucht werden. Im Fall von HSDD sollte eine Blutuntersuchung der folgenden Hormone unternommen werden:

DHEA, CHEA-S, Androstenendione, totales und freies Testosteron, Dihydrotestosteron, Sex Hormone bindendes Globulin (SHBG), Estron, Estradiol, FSH, LH, Prolaktin und TSH. Es wird emphohlen, dass ihr Arzt durch die „Equilibrium Dialyse Methode“ die Werte von freiem Testosterone in Ihrem Blut

