

Unverkäufliche Leseprobe aus:

Collins, Frank

Viagra – Das Ende der Impotenz

Ein Ratgeber für Männer und Frauen

Alle Rechte vorbehalten. Die Verwendung von Text und Bildern, auch auszugsweise, ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags urheberrechtswidrig und strafbar. Dies gilt insbesondere für die Vervielfältigung, Übersetzung oder die Verwendung in elektronischen Systemen.

© S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt am Main

INHALT

VORWORT 9

EINLEITUNG 11

DAS NÄCHTLICHE VERSAGEN – BALD EIN

PHÄNOMEN DER VERGANGENHEIT? 13

Was kann Viagra? 16

Wann ist mann «potent»? 17

Die Erektion – ein komplizierter Prozeß 19

Warum wird mann impotent? 23

Wie findet man heraus, ob die Impotenz
psychische oder physische Ursachen hat? 25

Physische Ursachen der Impotenz 26

Körperlich bedingte Ursachen für Impotenz 27

Gefäßerkrankungen 27

Diabetes mellitus 28

Neurologische Störungen 30

Mangel an Testosteron, dem männlichen Hormon 30

«Venöses Leck» 31

Vorhautverengung (Phimose) 32

Fehlbildungen 32

Penisbruch 33

Kälte 34

Prostataleiden 35

Impotenzgefahr durch bestimmte Sportarten 36

Nebenwirkungen von Medikamenten 36

Psychische Ursachen der Impotenz 37

Falsche Erwartungen 42

Entspreche ich der männlichen Schönheitsnorm? 44

Wenn sich alles um den Phallus dreht 46

Gestörte Kommunikation 47

<i>Festgefahren im gesellschaftlichen Rollenspiel</i>	49
<i>Kreislauf der Versagensangst</i>	52
Der Kampf gegen die Impotenz –	
bisherige Maßnahmen	54
<i>Operationen</i>	55
<i>«SKAT»: die Schwellkörper-Autoinjektionstherapie</i>	56
<i>Vakuumpumpen</i>	57
<i>Penisringe</i>	58
AUFTRITT VIAGRA – DIE WUNDERPILLE	61
Wie wirkt Viagra im Organismus?	62
Klinische Untersuchungen	66
<i>Die Durchführung</i>	66
<i>Die Testergebnisse</i>	68
Risiken und Nebenwirkungen	70
<i>Risiko für Herzpatienten</i>	70
<i>Weitere Nebenwirkungen</i>	74
<i>Nur nach ärztlicher Verschreibung</i>	75
<i>Fakten über Viagra auf einen Blick</i>	77
Aussagen von Männern, die Viagra eingenommen haben	79
Pro und Contra – Reaktionen auf die Potenzpille	82
<i>Gründe dafür</i>	83
<i>Gründe dagegen</i>	85
Bevor Sie sich für die Einnahme der Sexpille entscheiden	88
VORBEUGEN IST BESSER ALS NICHT MEHR KÖNNEN	91
Gesunde Ernährung	91
<i>Richtlinien für eine Schutzkost, die Arteriosklerose verhindert</i>	92
<i>Antioxidantien</i>	92
Wirkung von Alkohol	97

Gewicht reduzieren	98
Die wichtigsten Faktoren falscher Ernährung	100
<i>Denaturierte Nahrungsmittel</i>	100
<i>Kochsalzmißbrauch</i>	101
<i>Tierische Fette</i>	102
<i>Ballaststoffmangel</i>	103
Streß vermeiden	104
Körperliche Bewegung	105
Ausreichender Schlaf	109

WIE SIE IHR SEXLEBEN — AUCH OHNE PILLE —

WIEDER IN SCHWUNG BRINGEN	III
Natürliche Mittel zur Steigerung von Lust und Manneskraft	114
<i>Nahrungsmittel</i>	114
<i>Ein sinnliches Abendessen zu zweit</i>	119
<i>Erotisierende Düfte</i>	126
<i>Die wohltuende Kraft der Massage</i>	134

KRITISCHER AUSBLICK 139

ANHANG 145

Häufig gestellte Fragen zu Viagra	146
<i>Können auch Frauen Viagra einnehmen?</i>	146
<i>Was kostet eine Viagra-Tablette?</i>	146
<i>Übernehmen die Krankenkassen die Kosten für Viagra?</i>	147
<i>Darf man Viagra langfristig regelmäßig einnehmen?</i>	148
<i>Kann man den Zeitraum zwischen Einnahme und Wirkung der Pille verkürzen?</i>	148
<i>Wie steht die katholische Kirche zu Viagra?</i>	149
<i>Gibt es außer Viagra noch andere Arzneimittel gegen Impotenz?</i>	149
<i>Darf man Viagra auch in höherer Dosis einnehmen?</i>	149
Glossar	151
Wichtige Adressen	154

VORWORT

Wohl kaum ein Medikament hat je in so kurzer Zeit ein so gewaltiges Echo ausgelöst wie die Potenzpille Viagra. Sollten sich die Vorschußlorbeeren bestätigen, würde die blaue Wunderpille ein neues Zeitalter in der Therapie der erektilen Dysfunktion einläuten. Der Konjunktiv ist noch berechtigt, da zur Zeit weder die Dosierung ausreichend geklärt ist noch die Nebenwirkungen im einzelnen erfaßt sind.

Mit der aktuell gültigen Dosierung (100 mg) hätten nach dem derzeitigen Wissensstand 14 Prozent mit Sehbehinderungen zu rechnen. Bei zirka zehn Prozent traten nach der Pilleneinnahme äußerst unangenehme Kopfschmerzen auf. Außerdem darf Viagra nicht von Patienten mit Herzinsuffizienz eingenommen werden, wenn gleichzeitig eine Behandlung mit Nitrat-Präparaten erforderlich ist.

Der aus den USA vorliegende Bericht über Todesfälle nach Einnahme von Viagra ist ernst zu nehmen,

auch wenn laut US-Gesundheitsbehörde FDA ein Zusammenhang mit der Viagra-Einnahme nicht bestätigt werden konnte.

Ein anderer Gesichtspunkt im Zusammenhang mit Viagra ist ökonomischer Natur. So schätzt die Kassenärztliche Bundesvereinigung, daß bei zirka 7,5 Millionen deutschen Männern mit behandlungsbedürftigen Potenzproblemen die Verordnung von Viagra 16 Milliarden DM zusätzliche Kosten verursachen würde. Dies bedeutet, daß die Kassen ihren Beitragssatz um einen vollen Punkt anheben müßten. Um dem entgegenzusteuern, führt kein Weg daran vorbei, daß Viagra nur bei strenger medizinischer Indikation und nur durch den Facharzt verordnet werden darf. Erkrankungen, bei denen Viagra von den Krankenkassen bezahlt werden müßte, sind erektile Dysfunktion bei Patienten mit bestimmten Formen der Querschnittslähmung, bei Diabetikern und Patienten, bei denen eine Krebskrankheit die Entfernung von Prostata und Harnblase erforderlich machte.

Ich glaube, es ist richtig, was Heidrun Thoma von der Firma Pfizer sagte: «Viagra ist ein ethisches Medikament für Kranke, keine Lifestyle-Pille.»

Professor Dr. med. Dr. h. c. Dr. h. c. A. Hofstetter
*Direktor der Urologischen Klinik und Poliklinik der
Ludwig-Maximilians-Universität München*

EINLEITUNG

Viagra ist Thema Nummer eins. Wochenlang verging kein Tag, an dem nicht die Zeitungen, Fernseh- und Hörfunksendungen über die neue Wunderpille aus den USA berichteten. Obwohl sie in Deutschland erst im Herbst 1998 zugelassen wird, liegen auch hier schon Erfahrungen mit der Potenzpille vor. Ihr eilt der Ruf voraus, die Leiden von Millionen Männern – und auch Frauen – mit einem Schlag und wirkungsvoll zu beseitigen: Will mann mit (s)einer Frau schlafen und sichergehen, daß er den Beischlaf auch vollziehen kann, nimmt er eine Stunde vorher eine Tablette ein – und seine Potenz ist garantiert, seiner eindrucksvollen sexuellen «Performance» steht nichts mehr im Wege.

Mit diesem Buch erhalten Sie alle wissenswerten Informationen über das neue Mittel, welches das Potential in sich trägt, auf individueller wie auch auf gesellschaftlicher Ebene das Leben vieler Männer und

Frauen grundlegend zu verändern. Neben Wirkungsweise, Einsatzmöglichkeiten, Nebenwirkungen und Gefahren des Medikaments werden auch die Hintergründe der Impotenz sowie herkömmliche Methoden zu ihrer Behebung erläutert.

Gleichzeitig möchte ich aber auch deutlich machen, daß Männer häufig zu Unrecht fürchten, unter Impotenz zu leiden. Eine gelegentliche «Potenzpanne» ist sicherlich keinem Mann fremd, und doch leiden fast alle Männer darunter und befürchten das Schlimmste. Hier werden sie zu Opfern einer verzerrten, klischeehaften Darstellung in den Medien von dem Mann, der immer kann ...

Nicht zuletzt möchte ich mit meinem Buch Wege aufzeigen, wie man auch ohne das neue Wundermittel eine lahrende Partnerbeziehung wieder in Schwung bringen kann.

DAS NÄCHTLICHE VERSAGEN – BALD EIN PHÄNOMEN DER VERGANGENHEIT?

Bert liegt schon im Bett und beobachtet, wie Linda sich auszieht. In ihrem schwarzen Spitzenbody sieht sie enorm sexy aus. Linda ist eine tolle Frau. Er stellt sie sich beim Sex vor, ihre Bewegungen, ihre wachsende Erregung, die Zuckungen, ihr Stöhnen, wenn sie zum Höhepunkt kommt. Seine Phantasien erregen Bert. Ja, er spürt eine Erektion. Heute wird er es sicher schaffen: endlich wieder Sex mit ihr haben, mit ihr schlafen und sie zum Höhepunkt bringen wie in alten Zeiten.

Linda ist fertig, legt sich zu ihm, sieht ihn an. Was muß sie ihn nur so prüfend ansehen? Zweifelt sie an ihm? Schon läßt die Erektion nach. An die Stelle der gerade noch antörnenden sexuellen Phantasien treten Ärger, Selbstzweifel und Frust. Mit einem knappen «Gute Nacht» dreht Bert sich entmutigt auf die andere Seite. Heute würde das wieder nichts, sinnlos, es überhaupt zu versuchen.

Bert K., 37 Jahre alt, ist erfolgreicher Werbefachmann. Er arbeitet in einer großen Agentur und gehört dort zu den Besten. Schwierige Aufträge werden ihm übertragen, denn er ist voller kreativer Ideen und hatte bisher immer den richtigen Riecher im Hinblick auf die verfolgten Strategien. Bert verdient gut, er fährt ein schnelles Auto und wohnt im eigenen Haus. Seit zehn Jahren ist er mit Linda verheiratet; die beiden haben eine fünfjährige Tochter, die sich prächtig entwickelt und ihren Eltern viel Freude bereitet. Alles in allem: die reinste Idylle, eine prächtige Familie, bei der auf den ersten Blick alles bestens steht. Und doch gibt es da einen Schönheitsfehler im ansonsten trauten Familienbild: Bei ihm steht er eben nicht mehr. Seit anderthalb Jahren dümpeln die sexuellen Beziehungen der Eheleute vor sich hin, da der Geschlechtsverkehr an der sogenannten «erektilen Dysfunktion» bei Bert scheitert. Sein Glied wird nicht mehr steif, oder wenn doch, dann erschlafft es sofort wieder und macht eine Penetration unmöglich.

Es dauerte eine Weile, bis Bert und Linda das Problem zur Kenntnis nahmen und sich bewußt damit auseinandersetzten. Bert war sogar beim Urologen und hat sich untersuchen lassen. Ergebnis: Körperliche Gründe für die Erektionsschwäche scheiden aus. Bert hat einige Ratschläge zur Ernährung beachtet, und er trinkt jetzt auch weniger Alkohol als früher.

Aber an seinen Schwierigkeiten hat sich nicht viel geändert. Er bringt's einfach nicht mehr.

Das Schlimme ist, daß ihm nicht nur die Manneskraft abhanden gekommen ist, sondern gleichzeitig auch sein Schwung, seine Überzeugungskraft, seine starke Ausstrahlung. Irgendwie glaubt er sich selbst nicht mehr, wenn er eine Idee hat, und diese mangelnde Selbstsicherheit vermittelt sich auch anderen. Neuerdings werden seine Vorschläge mit Zurückhaltung aufgenommen. Ganz zu schweigen von seiner sich immer mehr zurückziehenden Frau, die zunehmend gereizt, beleidigt oder gleichgültig auf ihn reagiert.

Bert und Linda sind nicht die einzigen, denen das Problem männlicher Impotenz das Leben verdüstert. Tatsächlich sind allein in Deutschland schätzungsweise sechs bis acht Millionen Männer davon betroffen.

Mit diesem Frust soll jetzt Schluß sein. Seit März 1998 gibt es auf dem US-amerikanischen Markt eine Pille, die bei Erektionsstörungen schnelle Abhilfe verspricht. Viagra bringe bei 70 bis 80 Prozent der Fälle den gewünschten Erfolg, so der Hersteller.

Und Bert gehört zu dieser großen Gruppe. Er hat Viagra ausprobiert – mit äußerst zufriedenstellendem Ergebnis. Zum ersten Mal seit Beginn seiner Erektionsprobleme hat er nach Einnahme der Pille eine starke Erektion gehabt, die ihm ein für ihn wie auch

für Linda befriedigendes Liebesspiel erlaubte – eine für beide fast schon unverhoffte, sehr beglückende Erfahrung.

WAS KANN VIAGRA?

*«Das Mittel hat mir mein Leben zurückgegeben.
Es hat meine Einstellung zu mir selbst verändert.
Ich bin ein neuer Mensch.»*

(Äußerung eines der ersten Männer,
die an Tests mit Viagra teilnahmen)

- ▶ Innerhalb kurzer Zeit verhilft die Pille dem Mann zu einer Erektion, die stark und dauerhaft genug für einen erfüllenden Geschlechtsverkehr ist.
- ▶ Sie verbessert die Orgasmusfähigkeit und die Qualität des Geschlechtsverkehrs.
- ▶ Sie hebt das Selbstbewusstsein des Mannes – und auch das seiner Partnerin.
- ▶ Sie läßt eine gestörte sexuelle Beziehung wieder lebendig werden.
- ▶ Sie verschafft sexuelle Erfüllung und damit Zufriedenheit und Harmonie in der Partnerschaft.

Bevor wir das Potential dieser Wunderpille allerdings würdigen können, wollen wir zunächst einmal die bis-

herige Situation der Männer betrachten, die mit Potenzproblemen zu kämpfen hatten – mit den möglichen Gründen der Erektionsschwäche und den Hilfsmitteln, die ihnen bisher zur Verfügung standen.

WANN IST MANN «POTENT»?

Intakte Potenz bedeutet, daß der Mann in der Lage ist, den Beischlaf mit einer Frau auszuführen. Hierfür ist erforderlich, daß der Penis steif wird. Wenn dies nicht klappt, spricht man von «erektilem Impotenz» oder neuerdings auch von «erektilem Dysfunktion», eben weil die Erektion zu schwach ist.

Doch eine «Erektionsspanne» bedeutet umgekehrt noch lange nicht, daß ein Mann impotent wäre. Glaubt man Statistiken, die in diesem Zusammenhang auf Befragungen und also der Ehrlichkeit der Antworten basieren, so beklagen sich über 40 Prozent der jungen Männer über die ausbleibende Erektion bei ihrem ersten Geschlechtsverkehr. Und solche Mißgeschicke ereignen sich auch danach mehr oder weniger regelmäßig und sind kein Grund für einen Mann, an sich und seiner Potenz zu zweifeln. Tatsächlich spricht man im medizinischen Sinn erst dann von erektiler Dysfunktion, wenn ein Mann über einen längeren Zeitraum – mindestens drei bis sechs Monate – bei zwei Dritteln seiner Beischlafversuche keinen Erfolg hatte.

Ein ganz wesentliches Kriterium bei der Definition von Impotenz wird häufig gar nicht wahrgenommen: der subjektive Umgang des Mannes mit schwachen oder ausbleibenden Erektionen. Automatisch gehen wir davon aus, daß Erektionsschwäche so ungefähr das Schlimmste ist, was einem Mann passieren kann – aber trifft das wirklich zu? Oder wäre das auch so, wenn die Medien uns nicht ein bestimmtes Klischee des männlichen Mannes suggerieren würden und unsere Vorstellungen nicht durch Sexfilme (mit)geprägt wären, in denen «Dauerrammeln» vorausgesetzt wird?

Das Thema männlicher Potenz und Impotenz ist übrigens so alt wie die Menschheit, und es hat entsprechend unterschiedliche Deutungen erlebt. Noch bis in unser Jahrhundert machte man keinen Unterschied zwischen Erektionsschwäche und der Unfähigkeit, ein Kind zu zeugen. Bei kinderlosen Ehen galten die Männer als impotent, auch wenn sie erfolgreich den Beischlaf mit ihrer Frau vollziehen konnten. Mittlerweile ist der Unterschied zwischen der Zeugungsunfähigkeit, der *Impotentia generandi*, und der Unfähigkeit, den Geschlechtsverkehr zu vollziehen, der *Impotentia coeundi*, bekannt. Die Samenzellen eines impotenten Mannes können durchaus fortpflanzungsfähig sein, während auch ein potenter Mann nicht die Fähigkeit zur Fortpflanzung haben mag.