

KHK > Sexualität

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Grundsätzliches](#)
- [3. Zusammenhang KHK und Sexualität](#)
- [4. Belastung durch Geschlechtsverkehr](#)
- [5. Körperliche Ursachen](#)
- [6. Verwandte Links](#)

1. Das Wichtigste in Kürze

KHK (koronare Herzkrankheit) verursacht oft Erektionsstörungen. Dies kann sich auf das Selbstwertgefühl und die Partnerschaft auswirken. Sprechen Betroffene dieses Problem nicht an, können sie in einen Teufelskreis aus Versagensängsten, Selbstzweifeln und Depressionen geraten.

2. Grundsätzliches

Insgesamt ist Sexualität ein äußerst vielschichtiger Vorgang. Befriedigende Sexualität zwischen zwei Menschen kann deshalb nur entstehen, wenn mehrere Voraussetzungen auf psychischer und physischer Ebene erfüllt sind: ein/e Partner/in, eine ausgeglichene Psyche sowie funktionsfähige Nerven, Blutgefäße und Geschlechtsorgane.

Gerade chronische Krankheiten wie Bluthochdruck und Herzerkrankungen können die sexuellen Aktivitäten negativ beeinflussen. Unbestritten sind die Auswirkungen von Störungen in der Sexualität auf das Selbstwertgefühl und die Partnerschaft. Sprechen Betroffene dieses Problem nicht an, können sie in einen Teufelskreis aus Versagensängsten, Selbstzweifeln und Depressionen geraten.

3. Zusammenhang KHK und Sexualität

KHK gilt als die häufigste Ursache für Erektionsstörungen. Gleichzeitig können diese Probleme die ersten Symptome für Gefäßschädigungen und daraus resultierende Herz-Kreislauf-Erkrankungen sein.

Bei 50 % aller **Männer** mit Bluthochdruck ist die Erektionsfähigkeit beeinträchtigt. Nach einem Herzinfarkt und bei Verengung der Herzkranzgefäße betrifft dies bis zu 75 % der männlichen Patienten (Quelle: Informationszentrum für Sexualität und Gesundheit e.V., 2005).

Über sexuelle Störungen bei Frauen im Zusammenhang mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen gibt es kaum Informationen. Man geht aber auch bei KHK-Patientinnen von Erregungsstörungen aus. Ein Grund für das Fehlen von Informationen darüber ist, dass Frauen das Gespräch mit ihrem Arzt darüber noch mehr scheuen als Männer und dieses Problem deswegen gar nicht erkannt wird.

4. Belastung durch Geschlechtsverkehr

KHK-Patienten, besonders Patienten nach einem Herzinfarkt, haben oft Angst vor einer Überlastung ihres Herzens durch Geschlechtsverkehr. Tatsächlich aber wird die Anstrengung durch Sex überschätzt. Die körperliche Belastung ist im Normalfall nicht größer als ein schneller Spaziergang, Schneeschaukeln oder Treppensteigen. Erledigt ein Patient solche alltäglichen Dinge ohne Beschwerden, braucht er keine Angst vor Sex zu haben. Bestehen dennoch Zweifel, kann der behandelnde Arzt die körperliche Leistungsfähigkeit beispielsweise durch ein Belastungs-EKG abklären.

Studien zufolge ist die Belastung für das Herz bei außerehelichem Geschlechtsverkehr bzw. Fremdgehen deutlich erhöht. Noch gefährlicher wird es, wenn der Altersunterschied zwischen den Partnern sehr groß ist.

5. Körperliche Ursachen

Hat die sexuelle Dysfunktion körperliche Ursachen, kann dies möglicherweise medikamentös behandelt werden. Viele der bei KHK verordneten Medikamente können die sexuellen Funktionen beeinträchtigen. Bekannt für häufige Störungen der Sexualität sind bestimmte Betablocker (z.B. das nichtselektive, lipophile Propranolol) und bestimmte Diuretika (z.B. Spironolacton). Der Umstieg auf ein anderes Präparat kann das Problem unter Umständen lösen. Haben die Sexualstörungen **psychische** Ursachen, kann eine Paar- und/oder Psychotherapie hilfreich sein. Möglicherweise ist eine Kombination von Medikamenten und Therapie das Richtige.

Oberstes Gebot für Arzt, Patient und Partner ist, das Thema Sexualität anzusprechen, um so die Ursachen für Störungen abzuklären und Lösungen zu finden.

6. Verwandte Links

[Koronare Herzkrankheit](#)

[KHK > Familie und Ernährung](#)

[KHK > Sport und Bewegung](#)

[KHK > Urlaub](#)

[KHK > Verhaltensempfehlungen](#)

Letzte Aktualisierung am 06.08.2008 Redakteur/in: Manfred Hägele

© 2008 [beta Institut gemeinnützige GmbH](#) | [Kontakt](#) | [Impressum](#)