



Anette Brechtel

Sektion Psychoonkologie
Klinik für Psychosomatische und
Allgemeine Klinische Medizin

UniversitätsKlinikum Heidelberg

Die Krebserkrankung – Auswirkung auf Partnerschaft und Sexualität

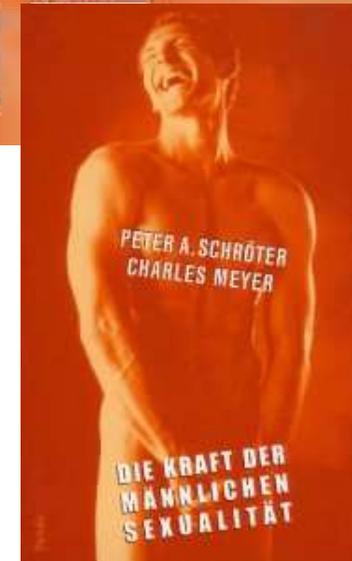
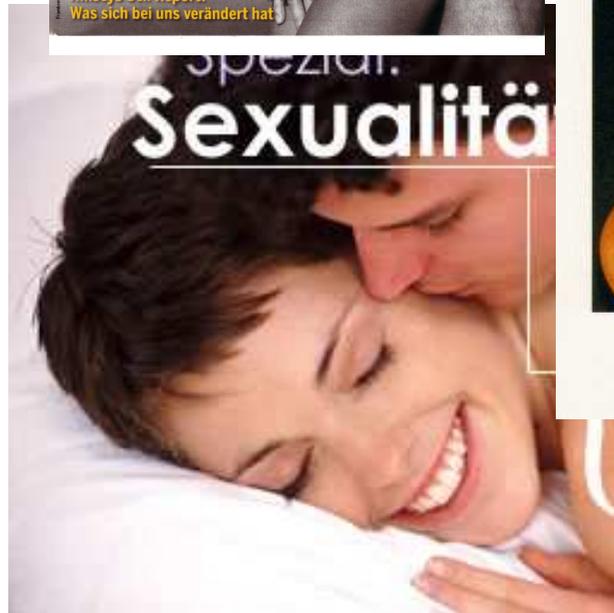
Zweite Krebs-Selbsthilfetagung NRW

10. Juni 2006

Mülheim an der Ruhr



„Vor der Entlassung aus der Klinik hatte man mir gesagt, dass die Operation gut verlaufen sei, der Tumor konnte vollständig entfernt werden und auch die Lymphknoten waren nicht befallen. Darüber war ich natürlich sehr glücklich. Und doch ... durch die Entfernung meiner linken Brust hatte sich mein Aussehen verändert. Vor der Operation war ich sicher, damit klar zu kommen, doch dann Ich konnte mich nur mit Überwindung im Spiegel betrachten und vermied es, mich in Anwesenheit meines Mannes auszuziehen. Ich hatte zu große Angst, in seinen Augen das zu sehen, was ich ja selbst empfand. Und obwohl mein Mann wirklich liebevoll mit mir umging und ich mich einerseits nach Zärtlichkeit sehnte, vermied ich jeden körperlichen Kontakt und schreckte davor zurück, von ihm berührt zu werden. Gleichzeitig hatte ich deswegen Schuldgefühle, konnte aber darüber nicht sprechen, weder mit meinem Mann noch mit meinem Arzt. Ich traute mich nicht nachzufragen, ob meine Reaktion normal sein könnte und ob ich dagegen was tun könnte - meine Hemmungen, meine Scham war viel zu groß. Es fragte auch niemand, vielleicht ging mein Arzt davon aus, dass alles in Ordnung ist, wenn ich von mir aus nichts sage. Doch für mich war nichts in Ordnung.“





Kirsten von Sydow

Willkommen im Club!

Das die anfängliche Leidenschaft im Laufe der Beziehung abflaut, kennen die meisten Paare aus eigener Erfahrung. Geringes sexuelles Interesse wird neuerdings als funktionelle Sexualstörung gedeutet. Aber: Gelegentliche Unlust ist ein normaler Bestandteil des Lebens und sollte nicht pathologisiert werden. Wie kann man mit der Flaute im Bett umgehen?

Sie hatte gedacht, sie würden in dieser Nacht zusammen schlafen, aber es war nichts geschienen. Das ist vermutlich ein schlechtes Zeichen. Das heißt vermutlich ist es eher ein schlechtes Zeichen, dass ihre Leidenschaft in den letzten zwei oder drei Jahren stark abgeflaut ist und ihr wie ein Haus in der Nachbarschaft vorkommt, in dem sie früher einmal gewohnt haben, aber jetzt nicht mehr. Auf jeden Fall ein schlechtes Zeichen ist ihr Gleichmut angesichts dieser Tatsache. Sie scheint Sex gar nicht unbedingt zu brauchen. Früher dachte sie immer, sie bräuche ihn, in den frühen sebziger Jahren hatte sie sogar einen trotzigsten Stolz auf dieses Bedürfnis empfunden, das ihre Eltern zum Beispiel nicht teilten. Und jetzt hatte sie dieses Bedürfnis nicht mehr, und er auch nicht, und ein erfülltes Liebesleben ist bloß noch eine Tugend wie jede andere, etwas, das man sich halb abringt und halb genießt – wie genügend Ballaststoffe zu essen oder ausschließlich vegetarisch zu kochen.

Aus dem Roman *Moo* von Jane Smiley (Fischer Verlag, Frankfurt/Main 1995)

20 PSYCHOLOGIE HEUTE JUNI 2006



Sexuelle Probleme, Unlust und Partnerschaften, in denen die Partner auf Sex verzichten, hat es schon immer gegeben. Früher war das manchmal religiös motiviert. Das klingt im Begriff „Josephs Ehe“ an, für den Joseph von Nazareth der Namensgeber war. Er soll angeblich – mit Maria eine jungfräuliche Ehe geführt haben. Doch auch in früheren, stärker religiös geprägten Generationen war seine Entwicklung nicht unbedingt gewollt, wurde aber gemeinhin akzeptiert und respektvoll hingenommen oder mit Hilfe eines sexuellen Doppellebens „gelöst“. Bis etwa in die 60er und 70er Jahre war der Erhalt einer Ehe durch sexuelle Zurückhaltung und Loyalität in der Regel nicht infrage gestellt. Doch seit der „sexuellen Revolution“ sind die Menschen anspruchsvoller geworden – der Fortbestand einer Beziehung hängt heute entscheidend von der Bereitschaft emotionaler und sexueller Bedürfnisse ab. Andere Gemeinsamkeiten wie etwa das Aufziehen von Kindern oder die gemeinsame wirtschaftliche Basis haben dagegen an bindender Kraft deutlich verloren.

„Beziehungsveteranen“ erhoffen heute anders als früher von sich selbst und ihrem Partner auch nach fünf, zehn oder gar fünfzig Jahren leidenschaftliche Sexualität.

Untersuchungen belegen, dass ältere Paare durchschnittlich im Alter von Ende 60 aufhören, miteinander Sex zu haben. Doch das ist nur ein Mittelwert. Tatsächlich gibt es Paare, die sehr viel früher ihre sexuelle Aktivität einstellen oder die bereits im jüngeren Alter lange Phasen sexueller Abstinenz haben. 5 Prozent der 18- bis 40-jährigen Frauen mit Partner berichten, dass sie im vergangenen Jahr sexuell inaktiv waren, 10 Prozent der 41- bis 60-jährigen und 43 Prozent der 61- bis 72-jährigen. Darüber hinaus liegt selbst bei sexuell aktiven Paaren jenseits der frischen Verliebtheit die Häufigkeit sexueller Kontakte deutlich unter dem – schon von Luther als Norm verkündeten! – „Zweimal pro Woche“ Wert, der in den Medien oft propagiert wird.

Auch sexuelle Unlust ist in Partnerschaften weit verbreitet: Die Hälfte der jungen Männer und Frauen (Studien) berichtet bereits nach etwa einem

Ulrich Clement

Erotik – eine Frage der Entscheidung

Sexuelle Selbstverwirklichung statt sexueller Lustlosigkeit

Sexuelle Lustlosigkeit ist kein Luxusproblem. Wenn die Lust fehlt, stellen Paare oft den Fortbestand ihrer Beziehung infrage. Wie aber lässt sich in langjährigen Beziehungen die Erotik wiederbeleben? Der Heidelberger Sexualtherapeut Ulrich Clement nennt „fünf ungemütliche Wahrheiten“

Sexuelle Lust ist, wenn man sie lässt, eine Vagabundin, die manchmal Heimweh nach einem festen Wohnsitz hat. Sexuelle Lust ist eine Sesshafte, die manchmal vom Fernweh geplagt ist. Beides ist – zu unterschiedlichen Zeiten – zutreffend. Vagabundieren kann man erweichen, Sesshaften nicht.

Jeder Mann und jede Frau hat ein eigenes sexuelles Profil: Menschen unterscheiden sich in ihren sexuellen Erfahrungen, Vorlieben, Abneigungen, Praktiken und Erlebnisweisen ebenso, wie sie sich in ihrem Aussehen unterscheiden. Das ist auch dann der Fall, wenn

zu
än
Ke
m
Uj

da
ist
be
zu
se:
Al
Gä
M
ih:
m
erl
m

Tu
op
ter
we
ren
lie
de

ENTHÜLLT: DIE DICKSTEN ERNÄHRUNGSLÜGEN

nur 3,50 Euro

MY LIFE

Besser, gesünder und länger leben

Das Geheimnis der Lust • Plus: So bleibt die Liebe lange spannend

WIE SEX UNS GESUND HÄLT

HEILUNG: Traditionelle Chinesische Medizin • BEAUTY: Die neue Art zu pflegen • PRÄVENTION: Golfen gegen Vergesslichkeit • SCHUTZ: Ab in die Sonne • TREND: Warum roh so gesund ist

SPORTÄRZTE EMPFEHLEN: TESTEN SIE IHRE GRENZEN





Informationsbedarf zum Thema Sexualität

- ★ bei **50%** der Männer und Frauen im Alter von **40-70 Jahren**
- ★ bei **30% der Frauen im Alter von 70-80 Jahren**

(Hartmann et al., 2002)

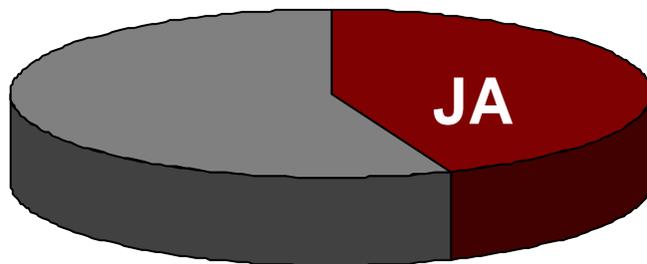
- ★ bei **80% der Männer mit Prostata-Ca** und
- ★ bei **38% der jeweiligen Partnerinnen**,
die vom Arzt nicht angesprochen wurden

(Rösing & Berberich, 2004)

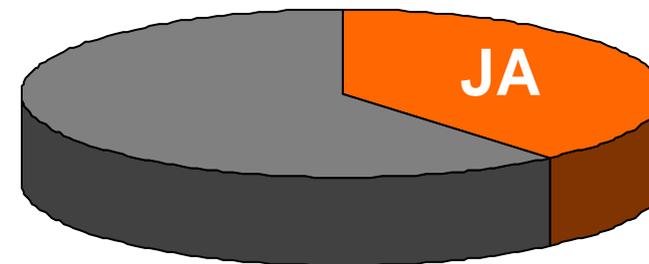


„Hatten Sie in den letzten 12 Monaten sexuelle Schwierigkeiten, die länger als 2 Monate andauerten?“

Männer: 44%



Frauen: 39%



Brock G. (2002) Healthy Living. The Pfizer Global Studie of Sexual Attitudes and Behaviors



Sexuelle Probleme und Funktionsstörungen: Frauen

- ★ Sexuelle Lustlosigkeit/Appetenzstörung
- ★ Sexuelle Abneigung
- ★ Störung der sexuellen Erregung
- ★ Orgasmusprobleme/Orgasmus ohne Befriedigung
- ★ nachorgastische Verstimmung
- ★ Vaginismus
- ★ Dyspareunie

*Andersen, B.L. & Van der Does, J. (1994)
Zettl, S. & Hartlapp, J. (1996)*



Sexuelle Probleme und Funktionsstörungen: Männer

- ★ Sexuelle Lustlosigkeit/Appetenzstörung
- ★ Erektionsstörung
- ★ Schmerzhafter Geschlechtsverkehr/Dyspareunie
- ★ Orgasmusprobleme:
 - vorzeitige Ejakulation
 - ausbleibende Ejakulation
 - Ejakulation ohne Befriedigung
 - retrograde Ejakulation
- ★ nachorgastische Verstimmung



...
**ein Tabu
besonderer Art?**





Sexualität im Alter ...

- ★ Die Frage nach **sexueller Aktivität** wird bejaht (wenn Partner vorhanden) von: 2/3 der 61 - 70-jährigen und 1/3 der über 70-jährigen
(Brähler & Unger, 1994)
- ★ 24% der 85-jährigen verheirateten Frauen und 46% der 85-jährigen verheirateten Männer berichten über **sexuelle Empfindungen**
(Skoog, 1996)
- ★ Von **erotischen Träumen** berichten 74% der 50 – 79-Jährigen und 1/3 der über 80-Jährigen
- ★ **Sexuelles Interesse** haben 71% der 50 – 80-jährigen verheirateten Frauen
(von Sydow, 1995)



**Welche Bedeutung
hat Sexualität
?**

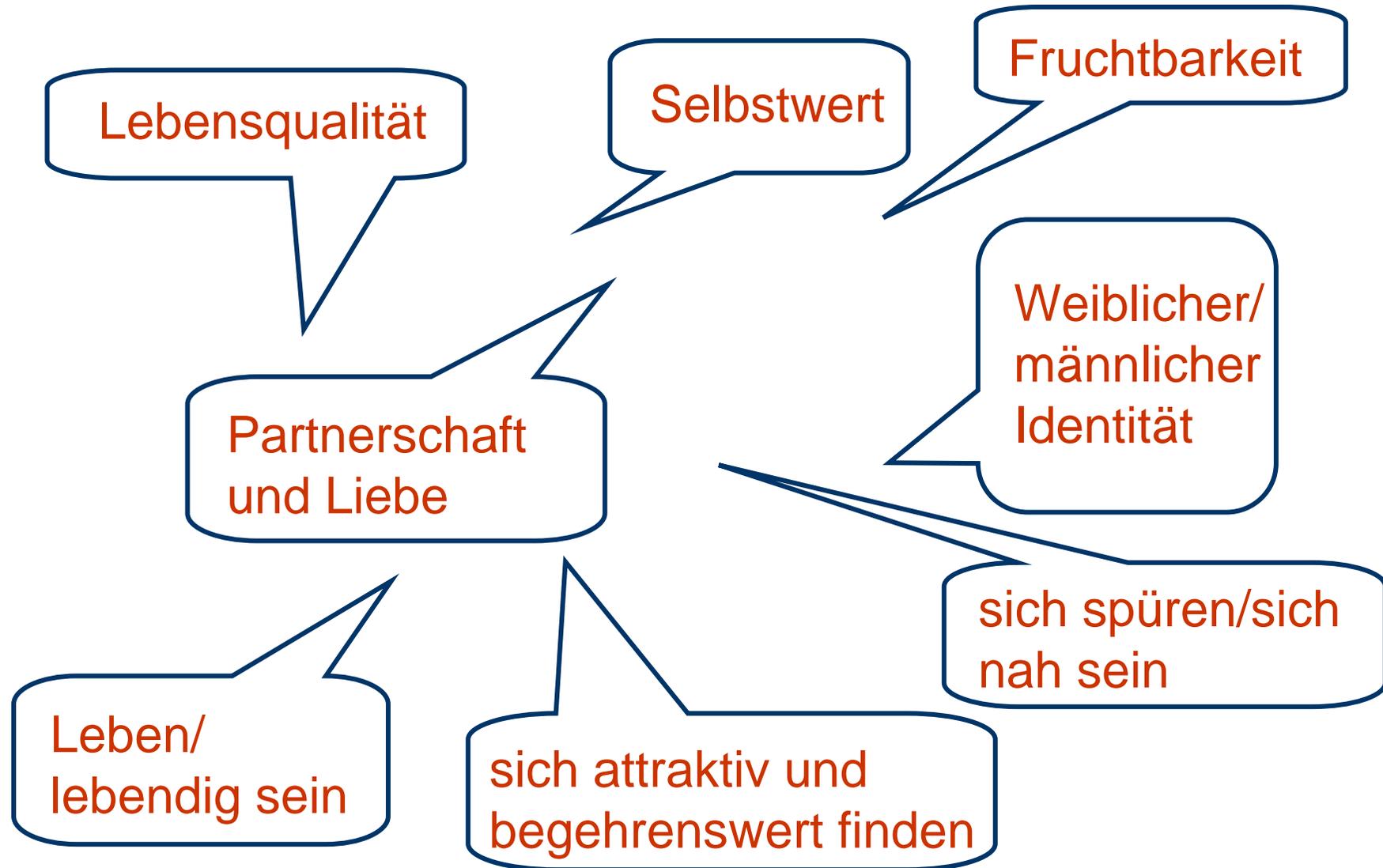


**... angesichts der
existentiellen Bedrohung
durch eine
Krebserkrankung**

?



Sexualität hat zu tun mit ...





Veränderung von Partnerschaft und Sexualität durch eine Krebserkrankung

Erhöhtes Belastungserleben bei:

- ★ jüngeren Patienten/Innen
- ★ Patienten, die noch nicht oder nicht mehr in einer festen Partnerschaft leben
- ★ Patienten, die erst seit kurzem in einer neuen Partnerschaft leben
- ★ Patienten, die häufig wechselnde Sexualekontakte pflegen
- ★ Patienten mit einer sexuellen Vorgeschichte, die traumatisch oder extrem belastend erlebt wurde

Holland J.C. (1998) Psychooncology



Ursachen sexueller Störungen/Probleme

- ★ **Organische / körperliche Ursachen**
- ★ **Seelische Probleme und Konflikte**
- ★ **Erwartungsängste**
- ★ **Informations- und Erfahrungsdefizite**
- ★ **Normen und Wertvorstellungen**
- ★ **Partnerschaftsprobleme**

Arentewicz & Schmidt, 1993



Ursachen sexueller Störungen/Probleme

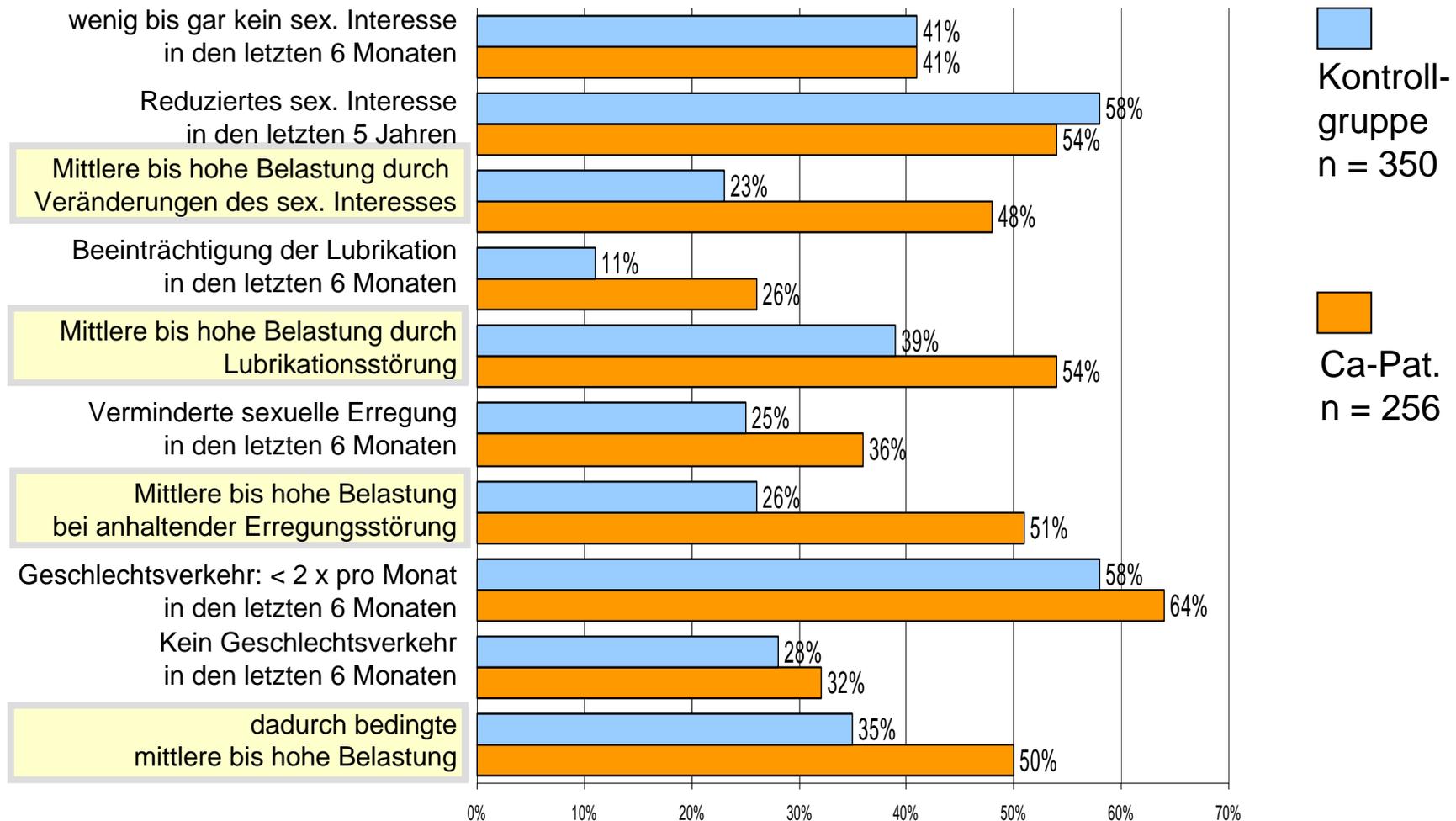
Körperliche Belastungen	<ul style="list-style-type: none">• Schmerzen• Allgemeine Verschlechterung des körperlichen Befindens• krankheitsbedingte Schädigung bzw. Beeinträchtigung sexueller Funktionen
Medikamente/ Behandlung	<ul style="list-style-type: none">• behandlungsbedingte Schädigung bzw. Beeinträchtigung sexueller Funktionen z.B. durch Chemotherapie• Einflüsse durch Nebenwirkungen z.B. Opiate, Psychopharmaka, Blutdrucksenkende Mittel
Psychosoziale Belastungen	<ul style="list-style-type: none">• Gefühle der Angst, Hilf- und Hoffnungslosigkeit ...• Erwartungsängste und Unsicherheit• Informations- und Erfahrungsdefizite• Normen und Wertvorstellungen• Partnerschaftskonflikte



Störungen des sexuellen Reaktionszyklus bei Krebspatientinnen

Appetenz-Phase:	Körperliche Veränderungen	<ul style="list-style-type: none">• Schmerzen• Körperliche Beschwerden und Funktionsbeeinträchtigungen
	Medikamente/Behandlung	<ul style="list-style-type: none">• Opiate• Psychopharmaka• Blutdrucksenkende Mittel• Zytostatika
	Gefühle	<ul style="list-style-type: none">• Konflikte (Paarbeziehung)• Angst/Verzweiflung• Hoffnungslosigkeit• Trauer/Sorgen• Selbstwertverlust/Scham• Depression und Angst

Veränderungen der Sexualität bei Patientinnen mit Gebärmutterhalskrebs



Bergmark, M.D. et al (1999) New England J of Med



Auswirkungen des Prostata-Carcinoms auf das sexuelle Erleben

- in den 80er Jahren Erektionsstörungen bei 85-95% der Pat. (*Spengler & Kleber, 1982*)
 - Erhalt der Erektionsfähigkeit nach bilateraler Nervschonung bei 50-86% der Patienten, nach unilateral nerverhaltender OP bis zu 40% (*Noldau et al., 2001; Heidenreich, 2003*)
 - bei radikaler Prostatektomie: Ansprechraten auf unterschiedliche Therapieoptionen bei 94% (*Baniel et al., 2001*)
-
- **50-70% der Prostata-Ca Patienten beklagen eine verminderte Appetenz, 82% beklagen ein verändertes Orgasmuserleben, davon beklagen 64% Inkontinenzprobleme** (*Koeman et al., 1996; Heidenreich, 2003*)
 - **Partnerinnen der Patienten scheuen sich, das Thema der Sexualität anzusprechen** (*Ofman, 1995*)
 - **Patienten sind enttäuscht, wenn Partnerinnen das Thema Sexualität nicht ansprechen** (*Bokhour et al., 2001*)

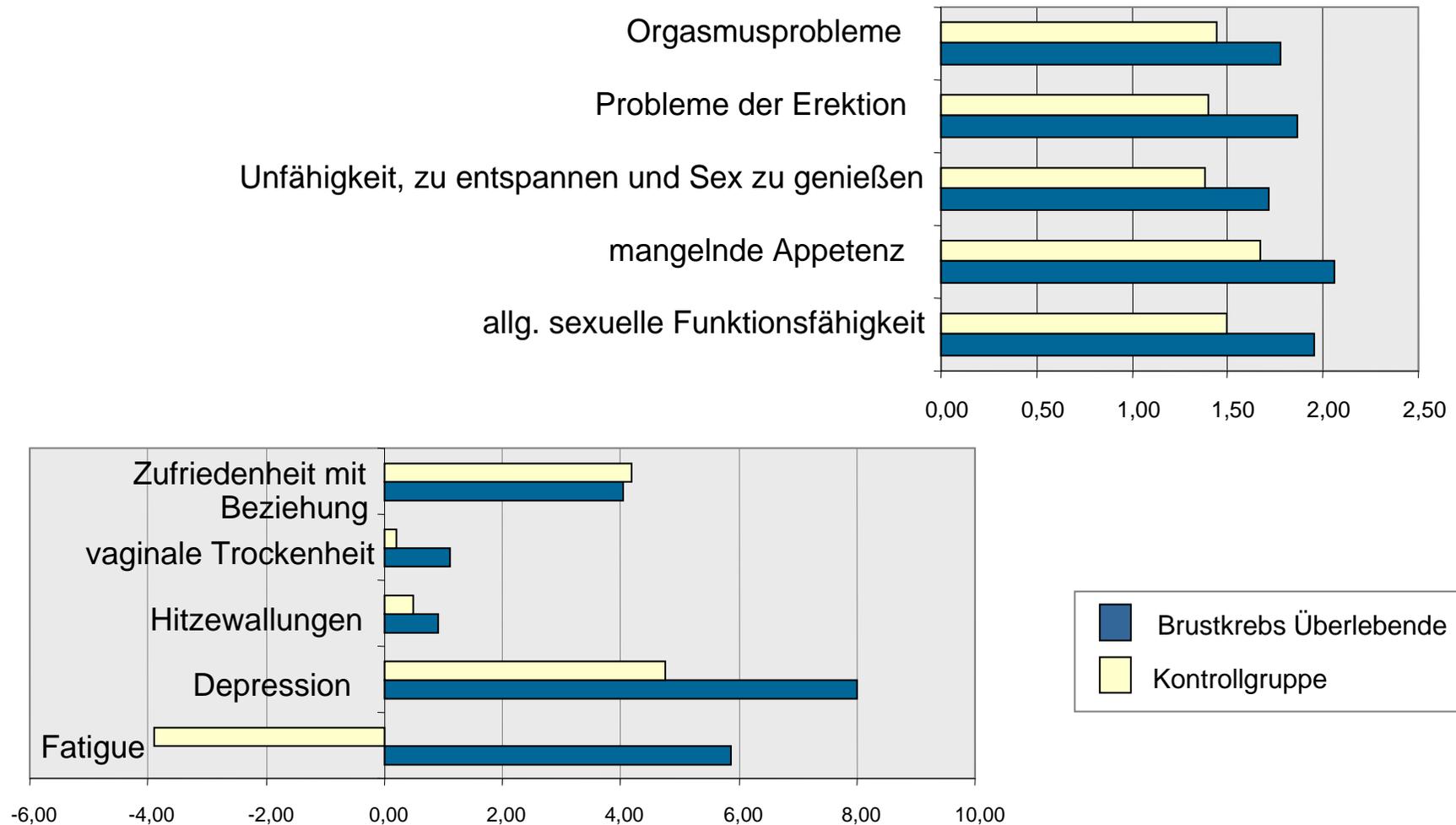


Auswirkungen der Mamma-Ca Erkrankung auf das sexuelle Erleben der Patientinnen

- ★ Studienergebnisse variieren in Abhängigkeit von medizinischen und demographischen Variablen
- ★ Ablatio als Belastungsfaktor, Bedeutung des Brustaufbaus für sexuelles Erleben abhängig von persönlichen Faktoren *(Grischke, 2003)*
- ★ Chemotherapie und Hormonentzugstherapie beeinflussen sexuelle Funktionen
- ★ **77% der langzeitüberlebenden Patientinnen** geben an, in den letzten 12 Monaten sexuell aktiv gewesen zu sein, davon waren **23% unzufrieden mit ihrem sexuellen Erleben** *Dorval et al., 1998*
- ★ **Sexuelle Probleme bei 30% der langzeitüberlebenden Patientinnen** *Sprangen et al., 1996; Noldau et al., 2001*



Vergleich des sexuellen Erlebens von Mamma-Ca-Patientinnen mit einer Kontrollgruppe *(Broeckel et al., 2002)*





Behandlungsmöglichkeiten bei sexuellen Störungen

Medizinisch

- Sexualhormone
- Psychopharmaka
- Vibratoren
- Gleitgels
- Dilatation der Scheide
- Stärkung der Beckenbodenmuskulatur
- Prothesen
- Erektionshilfesysteme

Psychologisch:

- Psychotherapie
- Sexualtherapie
- Beratungsstellen



Hilfreich für Patienten/innen ...

- ★ Gefühle wahrnehmen und aushalten (Trauer)
- ★ Gesprächsangebot - „Hat sich durch die Erkrankung etwas in Ihrer Partnerschaft verändert?“
- ★ Informationen über sexuelle Störungen, deren Ursachen und Auswirkungen
- ★ Informationen zu Behandlungsmöglichkeiten
- ★ Unterstützung bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, den krankheitsbedingten Veränderungen und deren Bedeutung
- ★ Vermittlung entsprechender Unterstützungs- bzw. Beratungsangebote
- ★ Möglichkeit, den Partner/die Partnerin mit einzubeziehen
- ★ ...



Die therapeutische Wirkung kurzer Gespräche

- ★ Betroffene erleben, dass sie über das Thema sprechen können → Vorbildfunktion, Modelllernen
- ★ der/die Betroffene fühlt sich in seinem Erleben ernst genommen, kann Trauer, Scham, ... zulassen
- ★ Sie können Empfindungen benennen, die der/die Betroffene selbst nicht aussprechen kann
- ★ Sie können der/dem Betroffenen Anregungen und Anstöße geben, Einstellungen und Wissen zu überdenken
- ★ Sie können die/den Betroffene/n auf zu erwartende Probleme vorbereiten und dazu Hilfestellung geben
- ★ ...



Informationen für Patienten und Behandler

Internetadressen:

- ★ www.isg-info.de (Informationszentrum für Sexualität und Gesundheit am Universitätsklinikum Freiburg): Broschüren und Infoblätter für Patienten zum Download
- ★ www.profamilia.de: Beiträge über Sexualität und Behinderungen, Adressen von Beratungsstellen und medizinischen Zentren
- ★ www.sexologie.org: Adressenverzeichnis sexualwissenschaftlicher Beratungsstellen
- ★ www.sexualmedizin-akademie.de: Literaturempfehlungen, Arztsuche
- ★ www.stefan-zettl.de: Literaturempfehlungen, Linklisten



Informationen für Patienten und Behandler

Literatur:

Barbach, L.: Mehr Lust – Gemeinsame Freude an der Liebe. Wunderlich
Taschenbuch, Neuauflage 2003

Skorzinski, U.: Frau Sein trotz Krebs, ISBN 3-8334-4278-6

von Sydow, K.: Lebenslust - Weibliche Sexualität von der frühen Kindheit bis ins
hohe Alter. Huber, Bern, Göttingen 1993

von Sydow, K.: Die Lust auf Liebe bei älteren Menschen. Reinhardt, München 1994

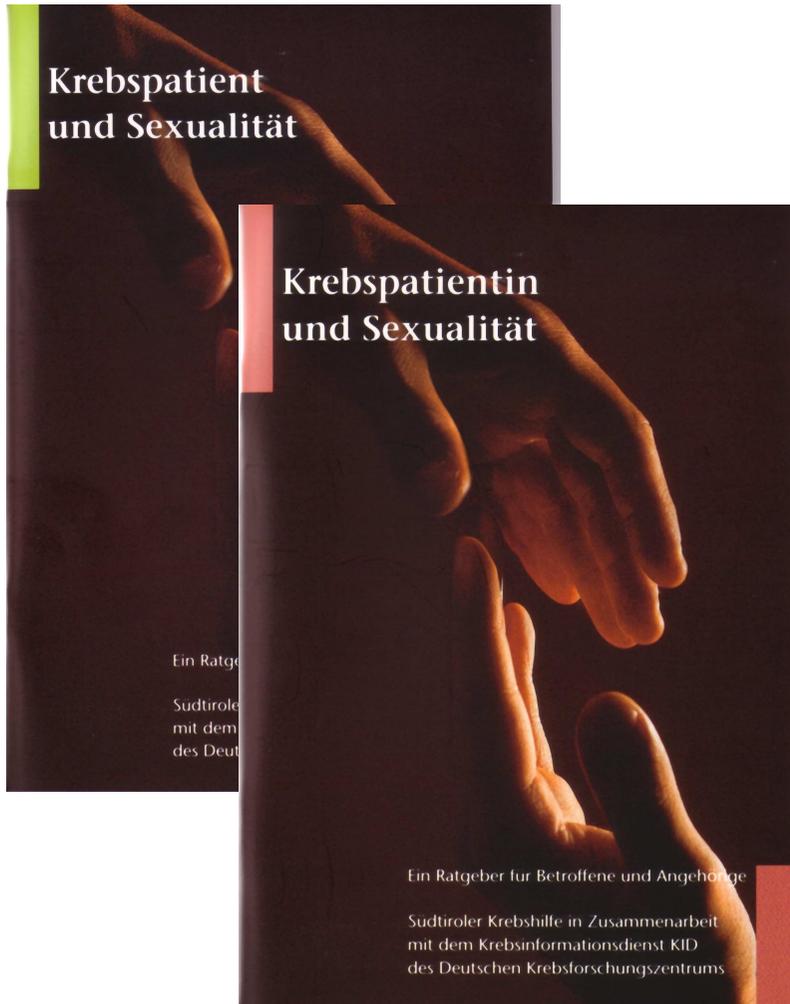
Zilbergeld, B.: Die neue Sexualität der Männer. Dgvt-Verlag, Tübingen 2000

Zettl, S. & Hartlapp, J.: *Krebs und Sexualität* - Ein Ratgeber für Krebspatienten und
ihre Partner. Weingärtner Verlag, 1996

Forum Ausgabe 3/2003, 18. Jahrgang



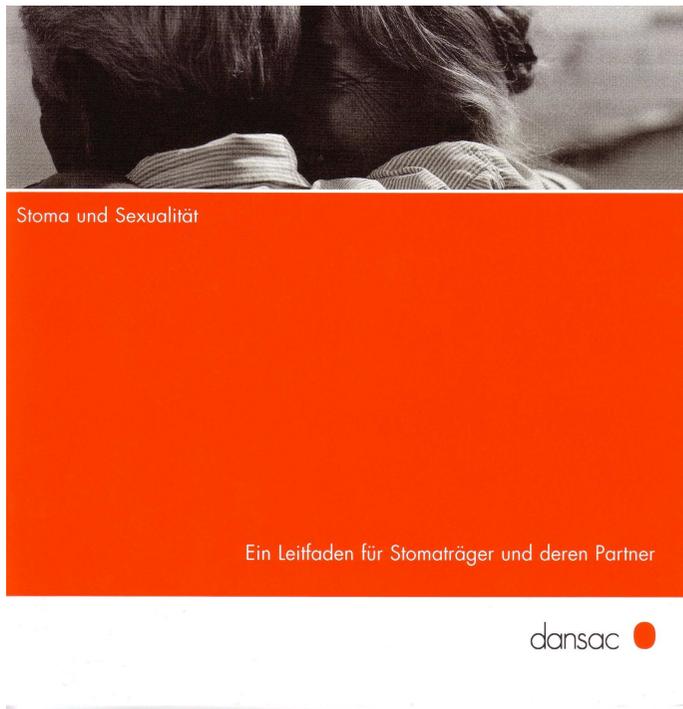
Informationen für Betroffene





Informationen für Patienten und Behandler

Broschüren:



Stoma und Sexualität (2002)
Broschüre zu bestellen bei
www.dansac.de



AMGEN GmbH, www.onkologie.de
Tel. 089/149096-0 (Pressestelle)



„Die erste Voraussetzung für die Wiederaufnahme des Sexullebens ist, dass man sich traut, es zu versuchen.“





Offenheit

Wissen



Zeit und Zärtlichkeit





**Vielen Dank für
Ihre Aufmerksamkeit!**