

## Erektionsstörungen / Erektil Dysfunktion – wenn der Mann nicht mehr kann

---

Die klassische Erektionsstörung im Sinne einer konstanten und totalen Impotenz wird – dank medikamentöser Therapie – immer seltener. Betroffene Männer wenden sich in diesem Fall in einem ersten Schritt an ihren Urologen.

In meiner Praxis sammeln sich daher eher Männer, die über zeitweilige oder erst seit kurzem aufgetretene Erektionsprobleme klagen:

- mit Erektionsproblemen nur während des Geschlechtsverkehrs;
- nach Trennungen aus langjährigen Partnerschaften;
- in Folge von starken Stress (z. B. beim Hausbau oder bei existenzbedrohenden Situationen wie drohende Arbeitslosigkeit, Firmeninsolvenz oder finanziellen Engpässen).

In allen Fällen führen solche stark verunsichernde Lebensbedingungen – in Kombination mit schon vorhandene starken Unsicherheiten in Bezug auf die eigene Männlichkeit und die Fähigkeit, „seinen Mann im Leben stehen zu können“ - dazu, dass die Männer sich überfordert und schwach fühlen. Kommen hier noch starke Erwartungen aus dem Bereich der Sexualität hinzu (Leistungsanforderungen an sich selber; Druck von der Partnerin; Vergleiche mit vorherigen Partnern), so bricht hier die mühsam aufrechterhaltene Rolle des starken Kerls in sich zusammen: die Erektion kommt dem Mann abhanden.

Auffallend bei den betroffenen Männern ist, dass sie sich gegen solche Überforderungen nicht zu Wehr setzen und aktiv dagegen angehen, sondern sich eher den Umständen wehrlos hingeben, sich mit ihnen abfinden und schlussendlich auch vor ihrer sexuellen Funktionsstörung resignieren.

Erst im Rahmen der Sexualtherapie lernen die betroffenen Männer

- zeitweise und in Abstimmung mit der Partnerin die Versagensmomente zu vermeiden;
- sich durch sexualtherapeutische Übungen dem sexuellen Versagen aktiv zu stellen;
- sich den verunsichernden Gegebenheiten ihrer Lebensumwelt aktiv und gestaltend zu stellen und sie zu verbessern – gerade in der Partnerschaft.

So wird es möglich, in einem überschaubaren Zeitraum von 3-6 Monaten die sexuelle Symptomatik und die ihr zugrunde liegenden Ursachen bleibend zu beseitigen.

Gesprächstermine mit dem Sexualtherapeuten Volker van den Boom können in Aachen oder Düsseldorf stattfinden.

Kontakt: 0241/4134071