

## Pressemitteilung

### Hilfe bei vorzeitigem Samenerguss: Mehr Zeit für die Liebe

**Sex – die schönste „Nebensache“ der Welt. Umso enttäuschender für beide Partner, wenn das Liebesspiel vorschnell vorbei ist, weil einer der beiden den Höhepunkt und Samenerguss nicht kontrollieren kann. Ejaculatio praecox nennen Mediziner diese Funktionsstörung, die Millionen Paaren hierzulande zu schaffen macht. Internationale Experten geben Hinweise, dass bei den meisten Betroffenen eine partiell erblich bedingte Veranlagung für das rasche „Aus“ verantwortlich ist und raten Betroffenen, Hilfe beim Arzt oder Therapeuten in Anspruch zu nehmen.<sup>1,2</sup>**

Wohl jeder Mann hat schon einmal erlebt, dass die Leidenschaft mit ihm durchgegangen ist und der Samenerguss nicht mehr aufzuhalten war. Passiert dies nur dann und wann, empfinden es die Betroffenen im Allgemeinen nicht als Problem. Anders sieht es aus, wenn es sie bei fast jedem Liebesakt von einem auf den anderen Moment überkommt. Etwa jeder fünfte Mann ejakuliert Studien zufolge regelmäßig zu früh – das wissenschaftlich Ejaculatio praecox genannte Leiden ist damit die am weitesten verbreitete sexuelle Störung bei Männern unter 60 Jahren.<sup>1</sup>

#### **Betroffenen bleibt wenig Zeit bis zur Ejakulation**

Repräsentative Untersuchungen haben ergeben, dass Männer durchschnittlich nach fünf Minuten Geschlechtsverkehr einen Samenerguss haben.<sup>3</sup> Leiden sie hingegen unter Ejaculatio praecox, bleiben ihnen in der Regel weniger als zwei Minuten – und schlimmstenfalls kommen sie sogar bereits vor dem eigentlichen Akt.<sup>4</sup> Dennoch ist aus medizinischer Sicht nicht allein die Zeit bis zum Samenerguss entscheidend. Als mindestens ebenso ausschlaggebend gilt das Unvermögen, die Ejakulation hinauszuzögern und das Lusterlebnis zu verlängern. Zu dieser fehlenden Kontrolle kommt der Leidensdruck der Betroffenen und oder

<sup>1</sup> Porst H et al. Eur Urol. 2007;51:816-24, p.824.

<sup>2</sup> Waldinger MD. J Urol. 2002;168:2359-67.

<sup>3</sup> Waldinger MD et al. J Sex Med. 2005;2:492-7, p.492.

<sup>4</sup> Patrick DL et al. J Sex Med. 2005;2:358-67.

der Partner. Gemeinsam ergeben die Faktoren ein Bild, das die Diagnose Ejaculatio praecox erlaubt. Sie ist – anders als die erektile Dysfunktion – keine typische Alterserscheinung. „Die meisten meiner Patienten sind unter 40 Jahre alt“, berichtet der Hamburger Urologe und Androloge Prof. Dr. med. Hartmut Porst. „Sie befinden sich also in einem Lebensabschnitt, in dem die Sexualität normalerweise einen großen Raum einnimmt, und haben den Wunsch, sie zufriedenstellend auszuleben.“

### **Fachärzte plädieren für einen offeneren Umgang mit Ejaculatio praecox**

Zwar ist das Thema Sex in den Medien heute allgegenwärtig – doch wird in den seltensten Fällen sachlich darüber berichtet. Nach wie vor tabu ist für die meisten Menschen zudem, was im eigenen Schlafzimmer geschieht – vor allem, wenn es nicht den vorherrschenden Idealvorstellungen entspricht. Das erschwert es Männern mit Ejaculatio praecox oft erheblich, ihr Liebesleben realistisch einzuschätzen – und hält sie obendrein davon ab, einen Arzt zu Rate ziehen. „Der vorzeitige Samenerguss ist kein Lifestyle-Problem, sondern hat weitreichende Konsequenzen für die sexuelle Gesundheit und Zufriedenheit“, stellt Experte Porst klar. „Ich wünsche mir daher, dass die Sensibilität für diese Funktionsstörung zunimmt und Betroffene sich nicht mehr still und heimlich damit abfinden.“ Tatsächlich machen viele Männer, die den Gang zum Urologen oder Andrologen wagen, die Erfahrung, dass der professionelle Kontext ihrem Problem den Schrecken nimmt. Im Rahmen des Termins findet eine präzise Anamnese des Patienten statt. Auf Basis der gewonnenen Informationen lässt sich dann so gut wie immer eine Diagnose stellen und auf Wunsch des Patienten eine Behandlung einleiten.

### **Neuere Forschungen ermöglichen wirksame Behandlung**

Noch bis vor wenigen Jahren galt die Ejaculatio praecox vor allem als psychisch bedingt. Inzwischen weisen Forschungen darauf hin, dass bei der lebenslangen Form, die bereits seit dem ersten sexuellen Kontakt vorliegt, die partiell erblich bedingte Veranlagung eine ursächliche Rolle spielt. Demnach führt eine Fehlsteuerung des an der Ejakulation beteiligten Nervenbotenstoffs Serotonin dazu, dass manche Männer nicht in der Lage sind, ihren Samenerguss und Orgasmus zu kontrollieren.<sup>2</sup>

Die aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisse zu den Ursachen der Ejaculatio praecox wurden für die Entwicklung moderner Therapieoptionen genutzt. So gibt es heute verschreibungspflichtige Medikamente in Form von Tabletten, die z. B. die Sensibilität der Körperzellen auf den Botenstoff Serotonin beeinflussen. Die hemmende Wirkung von Serotonin kann dadurch verstärkt und der Samenerguss verzögert werden. Wichtig bei einer Therapie des vorzeitigen Samenergusses ist eine weiterführende Betreuung durch den behandelnden Arzt.

### **Was hilft Männern später zu kommen**

Neben einer medikamentösen Therapie können begleitende sexual- oder verhaltenstherapeutische Maßnahmen sinnvoll sein. Welche die geeignete Therapieoption ist, kann der Arzt im Beratungsgespräch erläutern. Weitere Informationen und Tipps rund um das Thema Ejaculatio praecox finden interessierte Männer auf der neuen Internetseite [www.späterkommen.at](http://www.späterkommen.at).