

Sexualität bei Spina bifida

Von Prof. Dr. med. Jürgen Pannek
Chefarzt Neuro-Urologie
Schweizer Paraplegiker-Zentrum

Einleitung

Es gibt wohl kaum ein Thema, das so viele unterschiedliche Emotionen auslöst wie Sexualität. Es existieren viele ganz unterschiedliche Vorstellungen, Gerüchte und Vermutungen darüber, was «normale» Sexualität ist und wie man seine Sexualfunktion beeinflussen kann. Daher ist es wichtig, sich zunächst einen Überblick über den aktuellen Wissensstand zu diesem Thema zu verschaffen, um auf der Basis gesicherter Informationen individuelle Lösungen für Betroffene zu finden.

Sexualfunktion

Unter Sexualfunktion versteht man die Fähigkeit zum Geschlechtsverkehr und die Fähigkeit zur Fortpflanzung. Diese Funktionen können unabhängig voneinander gestört sein; eine funktionierende Gliedversteifung z.B. garantiert nicht sicher, dass man Kinder zeugen kann; genauso schliesst eine fehlende Gliedversteifung nicht aus, dass man eine Familie gründen kann.

Steuerung der Sexualfunktion

Voraussetzungen für eine funktionierende Sexualfunktion sind eine intakte Funktion und eine funktionierende Steuerung der Geschlechtsorgane.

Der Penis besteht aus einer Harnröhre und 2 Schwellkörpern. Für die Gliedversteifung spielen lediglich die Schwellkörper eine

Rolle. Sie sind wie ein Blutschwamm aufgebaut. Bei einem sexuellen Reiz füllen sich die Schwellkörper mit Blut, indem der Blutzufuhr erhöht und der Blutabfluss aus dem Glied verringert wird. Hierzu ist eine ungestörte Funktion des Schwellkörpers nötig. Allerdings ist auch ein normal funktionierender Schwellkörper darauf angewiesen, dass genug Blut zufließt und der Abfluss des Blutes verringert wird. Diese Zufluss- und Abflussregelung wird von unserem Nervensystem gesteuert. Somit ist ein auch intaktes Nervensystem Voraussetzung für eine Erektion. Prinzipiell gilt Gleiches auch für die Durchblutung der Klitoris und Befeuchtung der Scheide bei der Frau.

Wie entsteht eine Erektion?

Wenn ein Mann einen sexuellen Reiz (Bilder/Berührung) wahrnimmt, werden im Gehirn Reizsignale ausgelöst. Diese Signale werden über die Nerven des Rückenmarks zu den Geschlechtsorganen weitergeleitet und koordiniert; sie lösen eine Reaktion an unseren Geschlechtsorganen aus (z.B. Erektion).

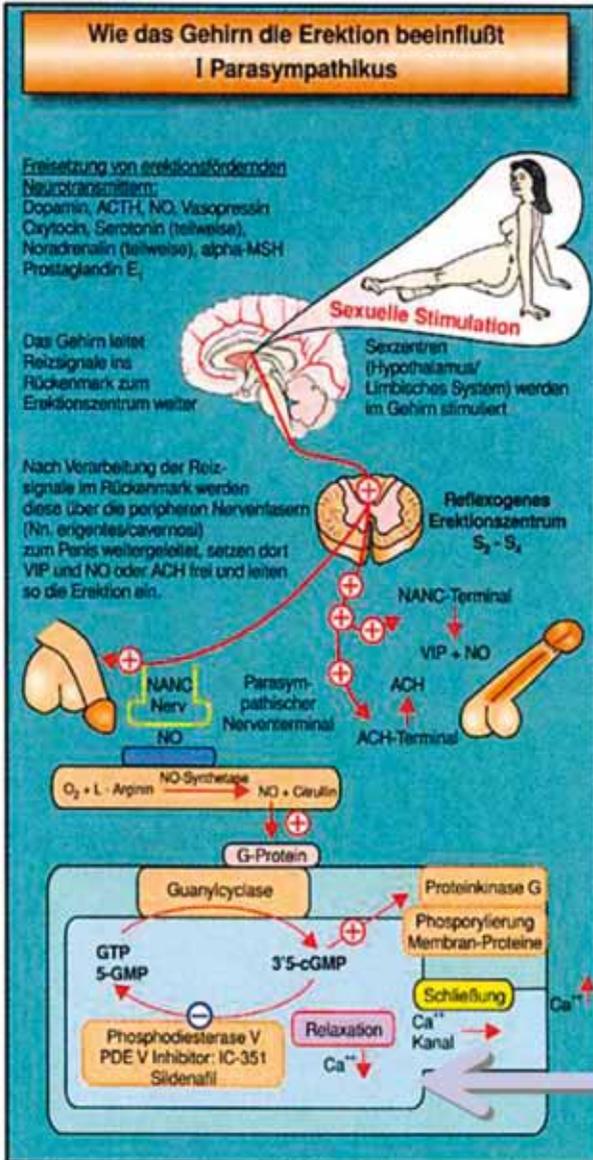
Wenn gleichzeitig andere Reizsignale (Angst, Furcht, Schmerzen) im Gehirn entstehen, können diese Empfindungen die sexuellen Reize negativ beeinflussen und so eine Stimulation der Geschlechtsorgane unterbinden. Daher können Angst und Schmerzen auch bei Menschen mit intaktem Nervensystem eine Gliedversteifung verhindern.

Bei Verletzungen des Rückenmarks kann die Fortleitung der Reizsignale zu den Ge-

schlechtsorganen ganz oder teilweise unterbrochen sein. Deswegen ist bei vielen Menschen mit Spina bifida die Sexualfunktion eingeschränkt.

Eine weitere Ursache für Sexualfunktionsstörungen können Schäden an den ver-

sorgenden Gefäßen sein, z.B. eine Arterienverkalkung, die eine Durchblutung des Glieds erschwert, oder eine Erweiterung der Venen am Penis. Diese Störungen sind jedoch bei jungen Menschen extrem selten. Die häufigste Ursache für Sexualfunktions-



störungen bei Spina bifida sind Störungen des Nervensystems. Leider sind diese Nervendefekte nicht rückgängig zu machen.

Andere Störfaktoren

Übergewicht, Alkohol, Nikotin, andere Drogen und verschiedene Medikamente (z.B. Antidepressiva, blutdrucksenkende Medikamente) können einen negativen Einfluss auf die Sexualfunktion haben. Auch eine Zuckerkrankheit schädigt die Sexualfunktion.

Samenerguss

Samenerguss und Erektion werden von unterschiedlichen Nerven kontrolliert, daher können beide oder nur eine Funktion gestört sein.

Was sind die häufigsten Beschwerden?

Männer leiden oft unter einer zu schwachen oder zu kurz andauernden Gliedversteifung. Darüber hinaus wird häufig über fehlendes Gefühl im Glied und ausbleibenden Orgasmus bzw. Samenerguss berichtet.

Frauen leiden oft an einer trockenen Scheide, die den Geschlechtsverkehr verunmöglicht, unter fehlender Wahrnehmung im Genitalbereich oder unter Schmerzen bzw. Missempfindungen bei der Kohabitation.

Besondere Probleme bei Spina bifida

Neben den genannten Problemen wird die Sexualfunktion bei Menschen mit Spina bifida auch durch andere Aspekte beeinträchtigt. Eine Harn- oder Stuhlinkontinenz bzw. die Angst, dass die Inkontinenz oder das Verwenden von Inkontinenz-Hilfsmitteln entdeckt werden könnte, führt oft zu Hemmungen und Minderwertigkeitsgefühlen. Oft besteht auch die falsche Vorstellung, dass aufgrund der Spina bifida ein Geschlechtsverkehr gar nicht möglich sei.

Wie erfolgt eine Abklärung der Sexualfunktion?

Grundlage einer jeden medizinischen Massnahme ist zunächst ein ausführliches Gespräch über die Sexualfunktion, die bestehenden Probleme sowie über die Blasen- und Darmfunktion. Dieses Gespräch erfolgt prinzipiell unter 4 Augen; auf Wunsch kann der Betroffene natürlich Partner, Partnerin oder Angehörige zu dem Gespräch mitbringen. Es sollte eine körperliche Untersuchung der Genitalorgane und der wichtigsten Reflexe erfolgen; diese Untersuchungen sind weder aufwändig noch schmerzhaft. Sie sind wichtig, um eine individuelle Beratung durchführen zu können.

Behandlungsmöglichkeiten

Nicht ausreichende Gliedversteifung

Für eine effektive Behandlung einer nicht ausreichenden Gliedversteifung stehen seit einigen Jahren verschiedene Medikamente zur Verfügung. Sie gehören alle zur Gruppe der sog. «PDE5-Inhibitoren». Ihre Wirkung beruht auf einer Verbesserung des Bluteinstroms ins Glied und einer Verminderung des Blutabfluss aus dem Glied. Es ist wichtig zu wissen dass diese Medikamente nicht sofort nach Einnahme, sondern erst ca. 20–60 Minuten (je nach Medikament) zu wirken beginnen. Eine Gliedversteifung erfolgt nicht automatisch nach Tabletteneinnahme, sondern wird durch Reize (optisch, Berührung) ausgelöst und durch die Medikamente verstärkt. Die Zeit, in der man die Wirkung des Medikaments nutzen kann, schwankt präparatabhängig zwischen 4 und 36 Stunden. Aktuell existieren 3 Medikamente (Tadalafil, Sildenafil, Vardenafil), die unter verschiedenen Handelsnamen erhältlich sind. Auch wenn die Medikamente chemisch verwandt sind, so wirken sie nicht gleich; es ist sinnvoll, weitere Präparate zu

testen, wenn das erste getestete Medikament keinen Erfolg erbracht hat. Ausserdem steht man bei der ersten Tabletteneinnahme meist unter Stress, so dass man ein Präparat erst nach 2–3 Tests endgültig als nicht wirksam beurteilen sollte. Insgesamt sind die Medikamente bei ca. $\frac{2}{3}$ der Patienten wirksam.

Nebenwirkungen

Die wichtigste, aber seltenste Nebenwirkung dieser Tabletten ist eine Veränderung der Herzdurchblutung. Diese wird nur Personen mit Vorerkrankungen am Herzen oder bei Patienten, die gleichzeitig bestimmte Herz- oder Blutdruckmedikamente (Nitro-Präparate) einnehmen, gefährlich. Im Zweifel vor Erstanwendung den betreuenden Arzt fragen! Andere Nebenwirkungen sind häufiger, z.B. Kopfweh, Übelkeit, Unwohlsein oder ein verändertes Farbsehen für die Dauer der Medikamentenwirkung

Was, wenn die Medikamente nicht wirken?

Eine Alternative beim Mann ist die Schwellkörper-Auto-Injektions-Therapie (SKAT). Hierbei verabreicht sich der Betroffene jeweils vor dem Geschlechtsverkehr selber eine Spritze direkt ins Glied. Diese Spritze sorgt nahezu automatisch für eine Gliedversteifung. Obwohl zunächst eine gewisse Überwindung nötig ist, berichten viele Patienten über einen guten Erfolg der Behandlung. Mögliche Nebenwirkungen sind Brennen beim Einstechen, kleine Blutergüsse, Narbenbildung mit Gliedverkrümmung oder eine zu lange Gliedversteifung mit nachfolgender Gewebeschädigung des Glieds. Daher sollte die Einweisung und Dosisbestimmung dieser Therapie unbedingt durch einen erfahrenen Urologen vorgenommen werden.

Eine etwas weniger wirksame Alternative ist das Einbringen eines Medikaments in Tablettenform direkt in die Harnröhre (MUSE-System). Auch hier können in der Harnröhre Missempfindungen/Brennen auftreten.

Eine medikamentenfreie Alternative ist die Vakuum-Erektionspumpe. Bei diesem Verfahren wird mit einem Plexiglaszylinder, den man über das Glied stülpt, und einer Pumpe ein Unterdruck erzeugt, welcher Blut in den Penis transportiert. Nach Entfernung des Zylinders wird das Blut durch einen Ring an der Penisbasis im Glied gehalten. Zur Durchführung dieser Technik ist eine gewisse Übung erforderlich.

Operationen

Der Einbau einer Penisprothese stellt einen grossen Eingriff mit relativ vielen Komplikationen dar. Diese Prothese führt rein mechanisch durch «Aufpumpen» des Glieds zu einer Erektion. Wenn immer möglich, sollte heute eine derartige Operation vermieden werden.

Medikamente bei Frauen

Der Versuch, die Sexualfunktion bei Frauen durch Medikamente zu verbessern, war bis heute erfolglos. Eine Verbesserung der Sexualfunktionen oder der Wahrnehmung im Genitalbereich ist medikamentös nicht möglich. Bei trockener Scheide hat sich der Einsatz von Gleitcremes auf Wasserbasis sehr bewährt.

Gefühlsstörung

Weder bei Männern noch bei Frauen können Gefühlsstörungen im Genitalbereich oder ein fehlender Orgasmus durch Medikamente oder Operationen beeinflusst werden. Erfahrene Personen mit Spina bifida berichten, dass sie durch Neugier und Interesse am eigenen Kör-

per diejenigen Zonen im nicht-gelähmten Bereich entdeckt haben, die ihnen erotische Gefühle vermitteln. Da diese Bereiche bei jedem Menschen anders sein können ist Mut und Neugier gefragt, um eigene Grenzen und Hemmungen zu überwinden und so seine ganz eigenen Erfahrungen zu sammeln.

Wichtig!

Grundsätzlich sollte man bei der Sexualität keine unbegründeten Hemmungen haben, sondern verschiedene Techniken miteinander ausprobieren. Häufig hilft eine Entleerung von Blase/Darm vor dem Sex, eine Inkontinenz beim Geschlechtsverkehr zu vermeiden. Auf alle Fälle ist es hilfreich, offen über eine eventuelle Inkontinenz zu reden.

Fortpflanzung, Schwangerschaft

Bei Frauen mit Spina bifida ist, von wenigen Ausnahmen abgesehen, eine Schwangerschaft prinzipiell möglich. Daher sollten, solange keine Schwangerschaft gewünscht wird, entsprechende Verhütungsmassnahmen ergriffen werden.

Störungen der Fertilität

Die Fortpflanzungsfähigkeit bei Männern ist von der Qualität des Spermias und von einem ungestörten Transport des Samens abhängig.

Hemmung Samenbildung

Die Qualität des Spermias kann durch verschiedene Faktoren gestört sein. Wenn die Samenqualität nicht ausreichend für eine Fortpflanzung auf normalem Wege ist, kann eine künstliche Befruchtung erwogen werden. Hierzu stehen schweizweit verschiedene Kinderwunschzentren zur Verfügung.

Störung des Samentransports

Oft ist durch die Störung der Rückenmarksnerven der Transport der Spermien gestört. Falls der Samenerguss in die Harnblase erfolgt, kann durch Medikamente ein Samenerguss durch die Harnröhre unterstützt werden. Falls der Samentransport stärker gestört ist, kann durch eine Elektrostimulation ein Samenerguss gewonnen werden, der dann für eine künstliche Befruchtung genutzt werden kann. Diese Stimulation kann von spezialisierten Urologen durchgeführt werden.

Was kann ich selber tun?

Die Spermaqualität kann durch verschiedene Faktoren verschlechtert werden. Besonders Nikotin, Drogen, Schwermetalle, aber auch verschiedene Medikamente können einen negativen Einfluss haben. Auch eine chronische Überwärmung der Hoden (Sitzheizung im Auto, Sauna) kann die Spermaqualität verschlechtern und sollte daher bei Kinderwunsch vermieden werden.

Fazit

Sexualfunktionsstörungen bei Personen mit Spina bifida sind kein unbeeinflussbares Schicksal. Um einen Geschlechtsverkehr zu ermöglichen, können beim Mann Erektionsstörungen medikamentös beeinflusst werden, bei der Frau die Gleitfähigkeit der Scheide optimiert werden. Eine Herstellung der Wahrnehmung im Genitalbereich ist bis heute nicht möglich. Um Sexualität möglichst unbeschwert geniessen zu können sind entsprechende Vorbereitungen (Darm, Blase) hilfreich. Unbedingt wichtig sind jedoch Neugierde am eigenen Körper und der Mut, Dinge zu testen. Angst, Hemmungen und Minderwertigkeitsgefühle sind normal; umso wichtiger ist es, konstruktiv daran zu arbeiten!