

Weibliche Lust

Was hilft bei nachlassendem sexuellen Interesse?

Presseinformation

7. Juni 2017



© VadimGuzhva - Fotolia.com

#152380409

Inhalt

1.	Herzlich willkommen – Infos auf einen Blick	3
2.	Wirkmechanismus und Studienlage von Damiana Univ.-Prof. Dr. Rudolf Bauer	4
3.	Weibliche Lustlosigkeit in der sexualmedizinischen Praxis Dr. Elia Bragagna	8
4.	Sexuelles Desinteresse: Die Hormone sind schuld!? Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian	11
5.	Sex und Psyche – zum Kuscheeln muss frau fröhlich sein Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann	14
6.	Moderation Dr. Michael Elnekheli	16
7.	Zusammenfassung	17
8.	Pressebilder	19

Beilagen:

USB-Stick:

- Pressemappe
- Bilder in Druckqualität

Die in diesem Text verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber teilweise nur in einer Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

**Herzlich willkommen zum Pressefrühstück
des Berufsverbandes der österreichischen GynäkologInnen (BÖG)**

Weibliche Lust – was hilft bei nachlassendem sexuellen Interesse?



Wann: Mittwoch, 7. Juni 2017, 10 Uhr

Wo: Presseclub Concordia, Bankgasse 8, 1010 Wien

Jede dritte Frau verspürt gelegentlich oder häufig kein sexuelles Verlangen, bei jeder zehnten Frau ist diese Lustlosigkeit mit einem persönlichen Leidensdruck verbunden. Das sind die Ergebnisse der PRESIDE-Studie, die an 31.581 erwachsenen Frauen in den USA durchgeführt wurde. In Österreich ist die Situation ähnlich, schätzen die ExpertInnen. Die Ursachen sind vielschichtig: Stressiger oder belastender Lebensstil, langjährige Beziehungen (Routine), hormonelle Veränderungen (Kontrazeptiva, Wechsel, Testosteronmangel). Lange Zeit lag der Fokus der Forschung auf männlichen Sexualfunktionsstörungen und die Auswahl an wirksamen und gut verträglichen medikamentösen Therapien bei der weiblichen Sexualstörung war limitiert. Hilfe kommt aus der Apotheke Natur. Erstmals wurde in Österreich ein pflanzliches Arzneimittel als Therapieoption bei nachlassendem sexuellen Verlangen zugelassen. Es wirkt nach dem Multi-Target-Prinzip, durchblutungsfördernd im Genitalbereich, hormonell stabilisierend sowie entspannend und angstlösend. Neben psychotherapeutische Interventionen sowie der Achtsamkeit-basierten kognitiven Verhaltenstherapie könnte diese neue pflanzliche Medikation ein wichtiger Baustein in der Sexualtherapie werden.

Ihre Gesprächspartner:

- **Univ.-Prof. Dr. Rudolf Bauer**, Leiter des Instituts für Pharmazeutische Wissenschaften an der Karl-Franzens-Universität Graz:
Wirkmechanismus und Studienlage von Damiana
- **Dr. Elia Bragagna**, Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychosomatik, Leiterin der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG):
Weibliche Lustlosigkeit in der sexualmedizinischen Praxis
- **Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian**, Abteilungsvorständin des Internistischen Zentrums im Otto-Wagner-Spital, Internistin und Endokrinologin, Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin:
Sexuelles Desinteresse: Die Hormone sind schuld!?
- **Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann**, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie in Wien und Graz:
Sex und Psyche – zum Kuschneln muss frau fröhlich sein

Moderation: **Dr. Michael Elnekheli**, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Präsident des Berufsverbandes der österreichischen Gynäkologen (BÖG)

Bilder vom Pressefrühstück: © Franz Johann Morgenbesser

<http://www.vip-eventfotos.com>

Audiobeiträge vom Pressefrühstück:

<http://www.o-ton.at> (kostenlose Registrierung für JournalistInnen)

2. Wirkmechanismus und Studienlage von Damiana

Univ.-Prof. Dr. Rudolf Bauer, Leiter des Instituts für Pharmazeutische Wissenschaften an der Karl-Franzens-Universität Graz:

Die traditionelle Arzneipflanze Damiana wurde bereits von den Maya als Aphrodisiakum verwendet (1). Ein Extrakt aus den Blättern von *Turnera diffusa* ist seit 7.12.2016 unter dem Handelsnamen Dr. Böhme® Damiana 225 mg Filmtabletten in Österreich als Arzneimittel registriert (2). Damit steht Frauen, aber auch Männern das erste pflanzliche Medikament zur Luststeigerung bei nachlassendem sexuellen Verlangen zur Verfügung (2).



Damiana (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult. syn. *T. aphrodisiaca* Ward) ist ein bis zu zwei Meter hoher Strauch mit kleinen aromatisch riechenden Blättern und gelben Blüten, der in Süd- und Mittelamerika beheimatet ist und eine lange Tradition als Aphrodisiakum besitzt. Die Zulassung als Arzneimittel gewährleistet eine standardisierte und verlässliche Qualität auf höchstem Niveau. Denn für jedes hierzulande auf dem Markt befindliche Arzneimittel – unabhängig ob synthetischer oder pflanzlicher Natur – muss laut österreichischem Arzneimittelgesetz und gemäß internationaler Richtlinien der Nachweis von Wirksamkeit, Sicherheit und pharmazeutischer Qualität in der definierten Indikation erbracht sein.

Aphrodisierende Wirkung

Eine klare Zuordnung der anregenden, libidosteigernden Wirksamkeit zu einem bestimmten Wirkstoff ist bei Damiana nicht möglich. Wie bei vielen Arzneipflanzen gilt auch hier der Gesamtextrakt als „wirksames Prinzip“. Phytochemischen Untersuchungen zufolge enthalten die Blätter Flavonoide (u.a. Pinocembrin, Acacetin und Apigenin), Terpene (ätherisches Öl), Glykoside (u.a. Tetracyclin, Arbutin), Gerbstoffe und Koffein. Für den aphrodisierenden Effekt von Damiana werden derzeit v.a. drei Wirkmechanismen als relevant erachtet (Factbox) (2).

Studienlage

Anhand von präklinischen Daten können die traditionell beschriebenen aphrodisierenden Eigenschaften von Damiana wissenschaftlich relativ gut erklärt werden.

In-vitro-Studien

Unter anderem ist der Testosteronspiegel im menschlichen Körper mit dem sexuellen Verhalten und der sexuellen Aktivität verbunden (3,4). Die Gabe von Testosteron verbessert sexuelle Funktion und Libido. Daher spielt die Aromatase, welche Androgene zu Östrogenen umwandelt, eine entscheidende Rolle (5). Androgene erhöhen die Aktivität der NO-Synthase (NOS) und somit die Bildung von Stickstoffmonoxid (NO). Gleichzeitig wird der natürliche Gegenspieler der NOS, die Arginase, herunterreguliert (6).

Es konnte gezeigt werden, dass ein alkoholischer Extrakt und die isolierten Flavonoide Pinocembrin (Flavanon) und Acacetin (Flavon) aus *Turnera diffusa* die Aktivität der Aromatase *in vitro* signifikant und konzentrationsabhängig hemmen (7).

Eine weitere *in vitro* Studie konnte unter Verwendung des synthetischen PDE-5-Hemmers Sildenafil – ein zur Behandlung der erektilen Dysfunktion beim Mann verwendetes Arzneimittel – als Vergleichssubstanz zeigen, dass ein Damiana Spezialextrakt PDE-5 ebenfalls hemmt. Dieser Effekt führt dazu, dass cGMP langsamer abgebaut wird. Damiana leistet somit einen Beitrag zum Erhalt der sexuellen Erregung bzw. der Erektion (8).

In-vivo-Tiermodelle

Die aphrodisierende Wirkung von *Turnera diffusa* wurde bei weiblichen und männlichen Mäusen untersucht. Der sexuelle Kontakt unter den behandelten Mäusen war signifikant höher als in der Vergleichsgruppe (9). In einer Studie an lustlosen/impotenten Ratten konnte die Verabreichung eines alkoholisch-wässrigen Extraktes aus *Turnera diffusa* den Prozentanteil an Ratten mit einer Ejakulation deutlich (75 %) erhöhen und die Latenzzeit zwischen den Ejakulationen reduzieren (10). Erfolgte die Gabe zwei Stunden statt einer Stunde vor dem Verhaltenstest, war die Wirkung noch ausgeprägter.

Bei sexuell erschöpften männlichen Ratten wurde die Zeit nach einer Ejakulation bis zur nächsten Paarung signifikant von 30 Minuten in der Kontrollgruppe auf etwa zehn Minuten nach Gabe von *Turnera diffusa* gesenkt (11).

Wässriger Damiana-Blätterextrakt führte bereits nach vier Minuten zum Samenerguss (Vergleich Sildenafil: 8 Minuten; Kontrollgruppe Kochsalzlösung: 15 Minuten) (12). Die Ergebnisse sind ein Hinweis für die erhöhte sexuelle Erregung der Ratten durch *Turnera diffusa*.

Dichlormethan- und Methanolextrakte von *Turnera diffusa* zeigten einen relaxierenden Effekt von 89 Prozent bzw. 86 Prozent auf die glatte Muskulatur der Schwellkörper von Meerschweinchen und verbesserten somit die sexuelle Funktion (vs. 43 % unter Sildenafil) (13).

Angstlösende (anxiolytische) Effekte

Interessanterweise wird Damiana traditionell auch bei psychischen Angststörungen verwendet (14). Ängste und Stress sind bei einer sexuellen Dysfunktion ebenfalls von zentraler Bedeutung.

Bei Mäusen wurde ein signifikanter anxiolytischer Effekt für Methanolextrakte aus oberirdischen Damiana-Teilen (25 mg/kg, per oral) beschrieben (15). Auch homöopathische Urtinkturen von *Turnera diffusa* zeigten eine signifikante anxiolytische Aktivität (16).

Ein anxiolytischer Effekt wurde auch für das reine Apigenin, isoliert aus einem Methanolextrakt aus Damiana, bei männlichen Mäusen und Ratten nachgewiesen (12,17,18).

NO/cGMP-vermittelte Mechanismen in Penis und Klitoris

Die erektile Dysfunktion (ED) ist ein ernstes klinisches Problem bei älteren Männern. Das Versagen der Erektion ist unter anderem auf eine beeinträchtigte Relaxation der glatten Muskulatur des Schwellkörpers (*Corpus cavernosum*) zurückzuführen. Die Erektion und das Anschwellen werden über Relaxation und Kontraktion der Schwellkörpermuskulatur reguliert. Im Ruhezustand liegt die glatte Muskulatur der Schwellkörperarterien kontrahiert vor. Bei der Relaxation wird die Durchblutung erhöht. Obwohl der Mechanismus nicht vollständig geklärt ist, gilt NO als ein wesentlicher Mediator für die Entspannung im *Corpus cavernosum* von Mann und Frau. Während der sexuellen Erregung kommt es durch Steigerung des Blutzufusses in den weiblichen und männlichen Schwellkörpern zur Erektion (19).

Fazit: Auch wenn es für das weibliche Geschlecht keine wissenschaftlichen Daten gibt, kann aufgrund der ähnlichen physiologischen Mechanismen angenommen werden, dass Damiana bei Frauen eine ähnlich positive Wirkung auf die Sexualfunktionen ausübt wie bei Männern. Dafür spricht auch die Tatsache, dass Damiana traditionell bei beiden Geschlechtern als Aphrodisiakum eingesetzt wird.

Factbox: Aphrodisierende Effekte von Damiana

- Pharmakologische Untersuchungen zeigten eine Hemmung der Aromatase. Dies unterstützt eine Stabilisierung des Testosteronspiegels und stärkt dadurch die Libido.
- Damiana beeinflusst den NO/cGMP-Signalweg durch Aktivierung der cGMP-Bildung sowie Hemmung der Phosphodiesterase-5 (PDE-5). Dieser durchblutungsfördernde Effekt auf die Schwellkörper bei Mann und Frau verbessert die sexuelle Funktion.
- Die Beeinflussung von GABAergen und glutamatergen Neuronen (vermutlich v.a. durch Apigenin) im Zentralnervensystem resultiert in einer angstlösenden Wirkung und trägt so möglicherweise zu dem pro-sexuellen Effekt bei.

Literatur:

- (1) Szewczyk K, Zidorn C. Journal of Ethnopharmacology 2014;152:424-443.
- (2) Fachinformation Damiana *Turnera diffusa* syn. Aphrodisiaca, Februar 2017.
- (3) Buvat J. World Journal of Urology 2003;21:346-355.
- (4) Shabsigh R et al., International Journal of Clinical Practice 2006;60:1087-1092.
- (5) Anderson RA et al., Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism 1992;75:1503-1507.
- (6) Traish AM et al., Fertility and sterility 2002;77 Suppl 4:S11-88.
- (7) Zhao J et al. Journal of Ethnopharmacology 2008;120:387-393.
- (8) Feistel B et al., Planta Medica 2010:1193.
- (9) Helmrick L, Reiser C. J Undergraduate Res 2000;3:109-113.
- (10) Arletti R et al., Psychopharmacology 1999;143:15-19.
- (11) Estrada-Reyes R et al., Journal of Ethnopharmacology 2009;123:423-429.
- (12) Estrada-Reyes R et al. Journal of Ethnopharmacology 2013;146:164-172.
- (13) Hnatyszyn O et al., Phytomedicine 2003;10:669-674.
- (14) British Herbal Pharmacopoeia. *Turnera* 1983.

- (15) Kumar S, Sharma A. Journal of Herbal Pharmacotherapy 2005;5:13-21.
(16) Kumar S, Sharma A. Evidence-based Complementary and Alternative Medicine 2005;2:117-119.
(17) Kumar S et al., Indian Journal of Pharmaceutical Sciences 2008;70:740-744.
(18) Kumar S, Sharma A. Pharmaceutical Biology 2006;44:84-90.
(19) Wallen K, Lloyd EA. Evolution and Development 2008;10:398-399.

Zur Person

Univ.-Prof. Dr. Rudolf Bauer

Akademische Ausbildung

1976-1980	Studium der Pharmazie an der Ludwig-Maximilians-Universität München
1981	Approbation als Apotheker
1984	Promotion über „Die HPLC-Analyse von cucurbitacinhaltigen Arzneidroge und Phorbolestern“ an der Mathematisch-Naturwissenschaftlichen Fakultät der Universität München
1987	Forschungsaufenthalt bei Prof. Dr. E. Rodriguez im Department of Ecology and Biology der University of California, Irvine, U.S.A.
1990	Habilitation für das Fach „Pharmazeutische Biologie“ an der Universität München und Ernennung zum Privatdozenten mit einer Arbeit über „Neue chemisch-analytische, botanische und biologisch-pharmakologische Untersuchungen von arzneilich verwendeten Echinacea-Arten“
1990	Gastprofessor am Institut für Pharmakognosie der Universität Innsbruck

Weiterbildung

1990	Ernennung zum „Apotheker für Pharmazeutische Analytik“
1993	Ermächtigung zur Weiterbildung für das Gebiet „Pharmazeutische Analytik“
1994	Strahlenschutzbeauftragter gem. StrlSchV
1997	Ermächtigung zur Weiterbildung für das Gebiet „Theoretische und praktische Ausbildung“

Beruflicher Werdegang

1980-1984	Forschungsassistent und wissenschaftliche Hilfskraft am Institut für Pharmazeutische Biologie der Universität München
1984-1990	Akademischer Rat a.Z.
1990-1993	Oberassistent
1993-2002	Universitäts-Professor (C3) am Institut für Pharmazeutische Biologie der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
2002-2004	Universitäts-Professor am Institut für Pharmakognosie der Karl-Franzens-Universität Graz
seit 2004	Leiter des Instituts für Pharmazeutische Wissenschaften an der Universität Graz

Arbeitsschwerpunkte

- Analytik der Inhaltsstoffe von Arzneipflanzen mittels GC, HPLC, GC-MS und HPLC-MS
- Qualitätsprüfung von Arzneidroge und Phytopharmaka
- Arzneipflanzen mit entzündungshemmender Wirkung (insbesondere phytochemische und pharmakologische Untersuchung von pflanzlichen Arzneidroge der traditionellen chinesischen Medizin)
- Pharmakologisches Screening von Pflanzeninhaltsstoffen mit Hemmwirkung auf die Leukotrienbiosynthese (5-Lipoxygenase-Hemmstoffe; antiasthmatische Wirkung)
- Suche nach Pflanzenextrakten und Pflanzeninhaltsstoffen mit Hemmwirkung auf Cyclooxygenase-1- und -2, iNOS, NFkB1 und COX-2 Expression
- Suche nach Pflanzenextrakten und Pflanzeninhaltsstoffen mit antitumoraler Wirkung
- phytochemische und pharmakologische Untersuchungen zum Thema „Echinacea“
- Bioverfügbarkeitsstudien von pflanzlichen Wirkstoffen
- Pflanzenmetabolomics

Aktivitäten und Mitgliedschaften

The International Society of Ethnopharmacology (Präsident)

- The Good Practice in TCM Research Association (Gründungs- und derzeit Past Präsident)
- Gesellschaft für Arzneipflanzenforschung (2002-2007 Präsident, 1998-2001 und 2008-2009 Vizepräsident; derzeit Mitglied im BoD)
- Phytochemical Society of Europe
- The American Society of Pharmacognosy
- Österreichische Pharmazeutische Gesellschaft
- Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (Mitglied des Vorstands)
- Deutsche Pharmazeutische Gesellschaft (Stellvertretender Vorsitzender der Arbeitsgruppe „Biopharmazie/Bioverfügbarkeit bei Phytopharmaka“)
- Gesellschaft für Phytotherapie
- Mitglied der Expertengruppe 13A und der TCM-Arbeitsgruppe der Europäischen Arzneibuchkommission
- 2005-2015 Mitglied im Beirat für Traditionelle Asiatische Medizin (TAM) im Österreichischen Bundesministerium für Gesundheit
- Mitglied im Wissenschaftlicher Beirat der Klinik für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) in Kötzing
- Mitglied im International Editorial Advisory Board von *Clinical Acupuncture and Oriental Medicine*
- Mitglied im Editorial Review Board von *Pharmaceutical Biology*
- Mitglied im International Advisory Board von *Acta Pharmaceutica*
- Gutachtertätigkeit für zahlreiche wissenschaftliche Zeitschriften

Publikationen

- ca. 340 wissenschaftliche Originalarbeiten und Reviews
- Autor und Mitherausgeber von 6 Büchern
- 6 Patente

Preise und Auszeichnungen

- 1990 Egon-Stahl-Preis der Society for Medicinal Plant Research (Gesellschaft für Arzneipflanzenforschung)
- 1994 Cipla Distinguished Fellowship in Pharmaceutical Sciences des Department of Chemical Technology der University of Bombay
- 1996 International Award der Belgian Society of Pharmaceutical Sciences
- 2000 Guest Professor der School of Chinese Materia Medica der Beijing University of Chinese Medicine
- 2006 Guest Research Fellow des Guangxi Botanical Garden of Medicinal Plants and the Institute of Guangxi Medicinal Plants
- 2010 Norman R. Farnsworth Excellence in Botanical Research Award of the American Botanical Council
- 2011 Guest Professor of Institute of Medicinal Plant Development (IMPLAD), China Academy of Medical Sciences, Beijing
- 2011 Guest Professor of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine
- 2011 Guest Professor of Heilongjiang University of Chinese Medicine, Harbin
- 2011 Guest Professor of Changchun University of Chinese Medicine
- 2016 Distinguished Achievement Award des National Center for Natural Products Research der University of Oxford, MS, USA.

Kontakt:

Institut für Pharmazeutische Wissenschaften, Universität Graz

Universitätsplatz 4, 8010 Graz

Tel. +43 (0)316 380 8700

E-Mail: rudolf.bauer@uni-graz.at

Web: <https://pharmazie.uni-graz.at/>

3. Weibliche Lustlosigkeit in der sexualmedizinischen Praxis

Dr. Elia Bragagna, Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychosomatik, Leiterin der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG):

Etwa jede zehnte Frau leidet unter sexueller Lustlosigkeit. Die möglichen Ursachen sind mannigfaltig, die Behandlungsmöglichkeiten allerdings äußerst beschränkt. Bei einer großen Gruppe von Frauen könnte das pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana mit seinen aphrodisierenden Wirkmechanismen eine wertvolle Hilfestellung auf dem Weg zu einer erfüllenden Sexualität leisten.



Sexuelle Lustlosigkeit war lange Zeit ein Tabuthema. Verzweifelte Frauen, die dennoch den Mut fanden, ihren Arzt diesbezüglich aufzusuchen, trafen häufig auf Ratlosigkeit. Denn zum einen wurde früher in der medizinischen Ausbildung der Umgang mit insbesondere weiblichen Sexualproblemen nicht gelehrt, zum anderen fehlte es an Behandlungsmöglichkeiten. Diese Situation hat sich in den letzten Jahren doch deutlich verbessert.

Mögliche Ursachen

In einem ersten Schritt sollten bei jeder Frau mögliche Ursachen identifiziert werden. Die Hintergründe für sexuelle Lustlosigkeit bei der Frau können sowohl organischer als auch psychischer und sozialer Natur sein. Hauptursachen sind Depression, Erschöpfung (aufgrund der hohen Anforderungen im Berufs- und Privatleben), Inkontinenz, Schilddrüsenerkrankungen (Über- oder Unterfunktion), chronische Erkrankungen sowie hormonelle Veränderungen. Letztere betreffen insbesondere Frauen in den Wechseljahren. Durch den Abfall von Östrogen kann es zu einer verminderten Durchblutung im Genitalbereich kommen. Darüber hinaus können das Ansprechen auf sexuelle Stimuli sowie die Erregbarkeit im Genitalbereich sinken.

Bei einem Großteil der betroffenen Frauen liegen die Ursachen eher im nichtorganischen Bereich. Dazu gehört u.a. mangelnde Kommunikation mit dem Partner. Vielfach steht die Bewältigung des Alltags mit Kindern, Haushalt und Beruf im Vordergrund, der Austausch mit dem Partner über nicht nur materielle, sondern auch sexuelle Bedürfnisse wurde nie gelernt oder gerät in den Hintergrund. Darüber hinaus verändert der Beziehungsalltag per se die Sexualität – nicht zu Unrecht heißt es, der Alltag sei ein Lustdämpfer.

Drei Grundtypen

Grundsätzlich können drei Frauentypen unterschieden werden:

- Für die erste Gruppe ist typisch, dass sie Sex grundsätzlich liebt, aber kein Bedürfnis mehr danach verspürt. Die Frauen merken, dass sie nicht mehr wie früher sind, finden das traurig und würde gerne wieder Anschluss an frühere Empfindungen bekommen.
- Die zweite Gruppe hat keinen Appetit auf Sexualität und würde auch gut ohne Sex auskommen. Sie empfinden die Bedürfnisse des Partners häufig als Belastung, möchten ihn aber nicht verlieren. Es handelt sich dabei eher um Frauen, die sich grundsätzlich nicht sehr sexuell definieren.
- Bei der dritten Gruppe ist die Sexualität v.a. durch körperliche Veränderungen beeinträchtigt. Die genitale Durchblutung ist verringert und die Reaktionsfähigkeit auf sexuelle Reize reduziert.

Behandlungsoptionen

Die Therapieoptionen richten sich nach der auslösenden Ursache. Organische Erkrankungen sollten gezielt behandelt werden.

Bei Frauen, die den Anschluss an ihr normales sexuelles Gefühl verloren haben, könnten im Gehirn ansetzende Substanzen wie z.B. Antidepressiva möglicherweise helfen, es gibt jedoch keine in dieser Indikation zugelassenen Medikamente.

Bei Frauen mit körperlichen Veränderungen wie z.B. reduzierter genitaler Durchblutung könnten eventuell Potenzmittel helfen, sind jedoch in dieser Indikation ebenfalls nicht zugelassen.

Für alle drei skizzierten Frauentypen ist das pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana eine vielversprechende Option. Seine aphrodisierende Wirkung beruht auf drei Komponenten: Es stimuliert sowohl im Gehirn als auch in den Genitalien und verringert die Stresskomponente aufgrund seines angstlösenden Effektes.

Grundsätzlich ist es für viele Patientinnen – unabhängig von der jeweiligen medikamentösen Verordnung – hilfreich, wenn der Partner vom Arzt miteinbezogen wird. Oft genügt bereits ein gemeinsames Gespräch über die tatsächlichen sexuellen Erwartungen beider Partner, denn beispielsweise denken Männer häufig ganz anders, als die Frauen glauben. Eine Verbesserung der Kommunikation führt häufig dazu, dass sich ein Paar wieder vermehrt zueinander entwickelt und trägt wesentlich dazu bei, dass eine Therapie rascher und effizienter wirkt.

Kostenlose Vortragsabende im Juni in Linz, Wien und Graz Vom Frust zur sexuellen Lust

Jede dritte Frauen ist im Laufe ihres Lebens von sexueller Unlust betroffen, bei jeder zehnten Frau ist diese Lustlosigkeit mit einem persönlichen Leidensdruck verbunden. Das sind die Ergebnisse der PRESIDE-Studie, die an 31.581 erwachsenen Frauen in den USA durchgeführt wurde. In Österreich ist die Situation ähnlich, schätzt Dr. Elia Bragagna, Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychosomatik, Psycho- und Sexualtherapeutin und Leiterin der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG). Die Ursachen sind vielschichtig: Stressiger oder belastender Lebensstil, langjährige Beziehungen (Routine), hormonelle Veränderungen (Kontrazeptiva, Wechsel, Testosteronmangel).

Dr. Bragagna, eine der Pionierinnen der Sexualtherapie in Österreich, gibt in ihrem Vortrag interessante Einblicke aus der sexualmedizinischen Praxis und beantwortet Fragen wie zum Beispiel „Wie entsteht Lust?“ oder „Warum wird die Frau lustlos?“. Der Eintritt ist frei.

Wann & Wo:

Montag, 19. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Kulturquartier (Ursulinensaal), OK-Platz 1, 4020 Linz

Dienstag, 27. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Museumsquartier (Arena 21), Museumsplatz 1, 1070 Wien

Mittwoch, 28. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Flughafen Graz, 8073 Feldkirchen bei Graz

Zur Person

Dr. Elia Bragagna

geboren 1956 geboren in Vigolo Vattaro/Trento, Italien

1978 Externistenreifeprüfung in Wien, BRG 5

1990 Promotion zur Dr. med. an der Universität Wien

1993 Eintragung in die Psychotherapeuten - Liste (BM für Gesundheit)

1993 – 1994 Fortbildung in Sexualberatung und Sexualpädagogik

1997 Diplom für Psychosomatische Medizin (ÖAGG)

2001 Abschluss der Turnusarzt-Tätigkeit

2001 Abschluss der Ausbildung zur Ärztin für Ganzheitsmedizin (GAMED)

2002 Abschluss der Sexualtherapieausbildung an der Abteilung für Sexualforschung der Universitätsklinik Hamburg Eppendorf

2002 - 2007 Leiterin der Sexualambulanz für Frauen und Männer im Wilhelminenspital, Wien

2004 - 2006 Vize-Präsidentin der Österreichischen Gesellschaft für Sexualmedizin (ASSM)

seit 2004 sexualmedizinische Schulung von ÄrztInnen, Pflegepersonal, SexualpädagogInnen/-therapeutInnen, ApothekerInnen

2005 Informationsabende „let's talk about sex“ für die Wiener Bevölkerung im Wiener Wilhelminenspital

2005 - 2013 Mitorganisatorin der jährlich stattfindenden gemeinsamen Tagungen der Deutschen Gesellschaft für Sexualmedizin und Sexualtherapie (DGSMT) und ASSM

2006 - 2008 Präsidentin der Österreichischen Gesellschaft für Sexualmedizin (ASSM)

Dezember 2006 Organisation der Veranstaltung „Europäischer Tage für Gesundheit und Sexualität“ im Wiener Rathaus mit 6.500 Besuchern

2007 Advisory Board Member des Forums „Sexuelle Gesundheit der Frau“

Organisation der Tagung „weibliche Genitalkorrekturen“ in Zusammenarbeit mit der Wiener Frauengesundheitsbeauftragten, Prof. Dr. Beate Wimmer-Puchinger

2009 Gründung der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG) (www.afsg.at), Wien

2009 Einführung der „Sexualmedizinischen Grundausbildung 2012 für ÄrztInnen in Österreich

2010 Gründung von www.sexmedpedia.com – der ersten online Enzyklopädie für Sexuelle Gesundheit

2010 Erscheinen des Buches „Das Sexwissen für Frauen – Weiblich, sinnlich, lustvoll“

2011 Entwickeln des sexualmedizinischen Ärztekammer-Zertifikates/Diploms gemeinsam mit der Österreichischen Ärztekammer und der Österreichischen Akademie für Sexualmedizin (OEASM)

Seit 2012 Zertifikatsverantwortlichen für das „ Basismodul Sexualmedizin“ der Österreichischen Ärztekammer

2013 - 2014 Organisation der Fortbildungsserie "Sexualmedizin trifft...." (alle Fachrichtungen der Medizin) an der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG)“

2014 Mitglied des wissenschaftlichen Beirates der Akademie der Ärzte

Initiatorin der ersten sexualmedizinischen Telefonhotline (Beratung durch sexualmedizinische geschulte ÄrztInnen für Betroffene und Interessierte) Österreichs

2015 seit Jänner 2015 wissenschaftliche Leiterin der ersten interdisziplinären sexualmedizinischen Praxis Österreichs in Graz (www.sexmed.at)

seit Jänner 2015 14-tägige Kolumne "reden wir über Sex" Kleine Zeitung

2016 Co-Autorin "Irrsinnig weiblich - Psychische Krisen im Frauenleben: Hilfestellung für die Praxis"

Wissenschaftliche Leiterin der "sexualmedizinischen Woche Wien" der Österreichischen Akademie der Ärzte

Tagungscoordination in Zusammenarbeit mit dem Bundesministerium für Gesundheit und Frauen

„Sexuelle Gesundheit, ein blinder Fleck im Österreichischen Gesundheitssystem?“

Kontakt:

Dr. Elia Bragagna

1190 Wien, Heiligenstädter Str. 50-52/1/2/6

Tel. 0676/793 94 88

E-Mail: praxis@eliabragagna.at

Web: <http://www.eliabragagna.at>

4. Sexuelles Desinteresse: Die Hormone sind schuld!?

Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian, Abteilungsvorständin des Internistischen Zentrums im Otto-Wagner-Spital, Internistin und Endokrinologin, Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin:



Für ein harmonisches Funktionieren der weiblichen Sexualität ist ein feines Zusammenspiel verschiedener Hormone wichtig. Dazu gehören einerseits Sexualhormone. Sie sind insbesondere für den Wunsch nach Sex sowie für die Erregbarkeit ausschlaggebend. Aber auch verschiedene andere Hormone, wie zB das Stresshormon Cortisol üben einen Einfluss aus. Somit ist unter anderem der hohe Alltagsstress, dem viele Frauen in der heutigen Zeit ausgesetzt sind, ein wichtiger Störfaktor der hormonellen Balance und einer befriedigenden Sexualität.

Bei der weiblichen Sexualität können vier Phasen unterschieden werden:

1. der Wunsch, Sex zu haben, auch verbunden mit sexuellen Gedanken und Fantasien;
2. die Erregung, verbunden mit körperlichen Veränderungen, insbesondere im Genitalbereich. Dazu gehören das Feuchtwerden (Lubrikation) der Scheide, eine verstärkte Durchblutung im Genitalbereich, eine dadurch gesteigerte Erregbarkeit sowie die Bereitschaft zur sexuellen Handlung;
3. der Orgasmus;
4. die Entspannungsphase danach.

Insbesondere für die beiden ersten Prozesse spielen Hormone eine wesentliche Rolle.

Sexualhormone per se

Damit die Sexualfunktion der Frau lustvoll ablaufen kann, müssen sowohl weibliche als auch männliche Geschlechtshormone (Östrogene und Androgene, v.a. Testosteron) in ausreichenden Ausmaß vorhanden sein. Die meisten Frauen mit Sexualfunktionsstörungen – v.a. sexueller Unlust – sind in einem Alter von 45 bis 64 Jahren. Betroffen sind somit vorwiegend Frauen knapp vor und im Wechsel. In dieser Lebensphase kommt es durch einen abnehmenden Östrogenspiegel zu einer Fülle von Veränderungen die auch die Sexualfunktion betreffen. Typisch sind eine Verminderung der Scheidenlubrikation sowie der Blutfüllung in den Schwellkörpern mit unangenehmen Folgen wie Scheidentrockenheit, empfindlicher Schleimhaut, Schmerzen, Brennen und unangenehmen Sensationen beim Geschlechtsverkehr. Der Erregungsvorgang im Genitalbereich ist abgeschwächt. Insgesamt resultiert daraus häufig auch eine starke Abnahme der Lust. Durch eine veränderte Zusammensetzung der Scheidenflora kann es zu vermehrten Infektionen kommen. Auch ein Brennen beim Urinieren tritt häufig auf. Durch diese Veränderungen im Bereich der Sexualhormone lässt sich insgesamt erklären, warum die sexuelle Lust in dieser Lebensphase abnehmen kann.

Andere Hormone

Prolaktin: Eine Schlüsselrolle spielt auch das in der Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) produzierte Prolaktin. Es wird vermehrt in der Stillperiode ausgeschüttet, kann aber auch außerhalb dieser Zeit, zum Beispiel bei starkem Stress erhöht sein. Prolaktin hemmt die Bildung der Sexualhormone, aus diesem Mangel resultiert wiederum eine Beeinträchtigung der Sexualität – und zwar bei Frauen und Männern gleichermaßen. Für eine erhöhte Prolaktinproduktion können neben Stress verschiedene Ursachen verantwortlich sein, etwa ein kleiner gutartiger Tumor in der Hypophyse oder bestimmte Medikamente (v.a. Psychopharmaka). Wenn bei relativ jungen Menschen eine Sexualfunktionsstörung auftritt, muss der Prolaktinspiegel im Blut gemessen werden.

Schilddrüsenhormone: Eine Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse kann zu Sexualfunktionsstörungen führen.

Nebennierenhormone: In der Nebenniere wird das Stresshormon Cortisol produziert. Erhöhte Werte können die Sexualfunktion erheblich stören und insgesamt einschränken.

Stress als Lustkiller – auch junge Frauen betroffen!

Stress spielt in der heutigen Zeit eine zentrale Rolle bei Beeinträchtigungen der weiblichen Sexualität, nicht zuletzt durch die vielfältigen Einflüsse auf hormoneller Ebene.

Viele Frauen haben multiple Anforderungen zu erfüllen und sollen immer optimal „funktionieren“. Sie sind dabei ständig einem hohen Stress und Druck ausgesetzt, der keine Entspannung erlaubt. Daraus resultieren nicht selten auch sexuelles Desinteresse bzw. Sexualfunktionsstörungen.

Therapieoptionen

Bei Frauen mit Sexualfunktionsstörungen sollte initial nach einer etwaigen Medikamenteneinnahme (vor allem Psychopharmaka) gefragt sowie ein kompletter Hormonstatus durchgeführt werden. Eine Abnormität – Erhöhung oder Mangel von Hormonen – sollte soweit möglich behandelt und korrigiert werden. Beispielsweise lässt sich ein erhöhter Prolaktinspiegel medikamentös normalisieren. Auch Abweichungen der Schilddrüsenhormone sind gut therapierbar. Bei Östrogenmangel können lokal wirksame Scheidensalben oder Scheidenzäpfchen zum Einsatz kommen. Testosteron kann als Pflaster oder Gel appliziert werden, allerdings ist noch zu wenig über mögliche Langzeitnebenwirkungen bekannt. Zudem korreliert der gemessene Testosteronspiegel bei Frauen nicht mit dem Ausmaß der Sexualfunktionsstörung.

Erhöhte Stresshormone sollten v.a. durch einen veränderten Lebensstil gesenkt werden. Wichtig ist hier v.a., für ausreichende Entspannung und Erholung zu sorgen.

Ein neuer Therapieansatz mit herausragendem Sicherheitsprofil ist Dr. Böhm® Damiana. Das pflanzliche Arzneimittel vereint drei Wirkprinzipien: Es verändert den Spiegel der männlichen Sexualhormone, die auch für die Sexualfunktion der Frau wichtig sind. Weiters verstärkt es die Durchblutung im Genitalbereich und damit die Füllung der Schwellkörper. Dadurch werden die Erregbarkeit und die Erregung gesteigert. Darüber hinaus wirkt es angstlösend und entspannend. Alle drei Effekte könnten sich bei Frauen positiv auf die Sexualfunktion auswirken, insbesondere auch bei jenen zahlreichen, die aufgrund hoher Stressbelastung die Lust auf Sex verloren haben. Damit wird Damiana zu einem wichtigen Baustein in der Behandlung von sexueller Lustlosigkeit.

Zur Person

Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian

1983 Completion of University Vienna, MD

1983-1984 Working in USA, Cardiological Unit

1992 Completion of training for internal medicine

November 1992-August 2009 : Senior doctor in the Vienna Lainz Hospital, 3rd medical department, Main Focus Metabolic diseases

Specialization in nephrology, specialization in endocrinology and metabolic diseases, specialization in intensive care medicine, specialisation in psychosomatic medicine, Graduation in Psychotherapeutic medicine. Specialisation in geriatric medicine and palliative care.

Since September 2009 Head of department for Internal Medicine in the Otto Wagner Hospital
Head of the Austrian Association of psychosomatics in internal medicine

Head of the Privates Institut für Medizin&NLP (Certified Research Institute)

Publications: Many Publications as main and co-author in national and international journals

Research Focus:

Endocrinology and Psychosomatic Medicine

Gender Medicine

Cerebral affections and metabolic diseases, depression

TGF- β and diabetic late complications

Sexual dysfunction

Telemedicine

Disease Management in Organisations

Memberships:

European Association of Diabetes Mellitus

Austrian & German Diabetes Association

Austrian Society of Endocrinology

Austrian Society of Internal Medicine

Austrian Society of Intensive Care Medicine

Austrian Society of Nephrologie

European Society of Endocrinology

Austrian society for psychosomatics in internal medicine

Kontakt:

Sozialmedizinisches Zentrum Baumgartner Höhe

Otto-Wagner-Spital und Pflegezentrum

1140 Wien, Baumgartner Höhe 1

Tel. 01/910 60-21201, Mobil: 0664/103 86 31 E-Mail:

Web: <http://www.wienkav.at/kav/ows/ZeigeAnsprech.asp?ID=18437>

5. Sex und Psyche – zum Kuscheln muss frau fröhlich sein

Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann,

Facharzt für Psychiatrie und Neurologie in Wien und Graz:

Eine wichtige Voraussetzung für eine zufrieden gelebte, harmonische Sexualität und glückliches Kuscheln ist psychische Fitness. Diese kann insbesondere durch die vielfältigen Herausforderungen des Alltags, die viele Frauen heutzutage zu bewältigen haben, beeinträchtigt werden. Hilfreich sind häufig Maßnahmen, die zu mehr Gelassenheit führen, wie beispielsweise ein Überdenken des Lebensstils oder das Erlernen von Entspannungsübungen. Einen positiven Effekt kann auch das pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana aufgrund seiner entspannenden und aphrodisierenden Wirkungen leisten.



In der heutigen Zeit sind insbesondere Frauen vielfach auf allen Ebenen maximal gefordert: Der Alltag muss optimal gemanagt, Beruf, Kinder, Partnerschaft etc. müssen sprichwörtlich unter einen Hut gebracht werden. Doch diese Daueranforderungen unseres konsumierenden Lebensstils haben einen hohen Preis: Psychische Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen sowie stressbedingte Leiden wie z.B. Burnout nehmen zu – diese Leiden wirken sich häufig negativ auf die Sexualität aus. Auf der anderen Seite lässt uns der Alltag nur noch wenig Zeit und Energie für sogenannte vitale Empfindungen wie z.B. lustvolle Aspekte wie sexuellen Appetit.

Druck an allen Fronten

Nicht nur der Alltagsstress macht vielen Frauen zu schaffen, sondern auch der Druck, der über Medien und Internet durch irreführende Bilder von Sexualität transportiert wird. Zum einen existiert ein riesiges Angebot an Pornografie, die mittlerweile für jeden völlig barrierefrei zugänglich ist. Hier werden völlig andere Rollenbilder suggeriert, als in der Lebensrealität tatsächlich wiederzufinden sind. Zum anderen werden beispielsweise Aussagen über die „normale“ Häufigkeit von Geschlechtsverkehr verbreitet – die meistens deutlich übertrieben sind. Ein Kabarettist hat dazu einmal treffend bemerkt: „Es wird über nichts so viel gelogen, wie über das Kulturkonsumverhalten von Akademikern und über die Ausübung der Sexualität.“

In diesem Zusammenhang sollte man sich vergegenwärtigen, dass jeder Mensch eine individuelle Art von Sexualität hat und es eine breite Bandbreite von Varianten gibt, die teilweise Spielarten des Lebens darstellen. Beispielsweise sind die Sexualität und der sexuelle Trieb von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich ausgeprägt. Darüber hinaus kann sich bei jedem Menschen die Sexualität im Laufe des Lebens bzw. in bestimmten Lebensphasen verändern. Bei vielen Frauen verändert sich die Sexualität durch die Kinder, weil sie völlig andere Interessen, Bedürfnisse und Liebesanteile erleben. Männer können hier oft stärker zwischen den verschiedenen Bereichen differenzieren.

Hilfsmaßnahmen

Bei Vorliegen einer Erkrankung auf psychischer Ebene ist in der Therapie gezielt anzusetzen. Sexuelles Desinteresse ist in vielen Fällen lediglich ein Begleitsymptom. In den meisten Fällen kehrt die Sexualität von selbst zurück, wenn beispielsweise ein depressiver Mensch erfolgreich behandelt wird.

Wenn die Sexualität v.a. unter dem Einfluss von chronischem Alltagsstress leidet, verhilft das Erlernen von Entspannungsübungen, die Integration von Meditation etc. häufig zu mehr Gelassenheit. Welchen positive Einfluss Entspannung und Freizeit haben, zeigt sich beispielsweise häufig im Urlaub. Wenn Zeit vorhanden ist, um Dinge wie Essen, Shoppen etc. gemeinsam zu genießen, lebt häufig auch die Sexualität wieder auf. Stressreduktion ist also das Um und Auf.

Pflanzliches Arzneimittel mit Dreifachwirkung

In vielen dieser Fälle, aber auch wenn unabhängig von äußeren Einflüssen tatsächlich eine echte sexuelle Appetenzstörung vorliegt, stellt das pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana mit seinem dreifachen Wirkansatz eine gute Option dar. Es stabilisiert den Testosteronspiegel, verbessert die Durchblutung und Befeuchtung im Genitalbereich und hat einen angstlösenden und entspannenden Effekt. Gerade die dadurch gesteigerte Gelassenheit ist förderlich, um sich auf Sexualität einlassen zu können. Die Daten aus der Grundlagenforschung sowie die jahrtausendealte Tradition als Aphrodisiakum sprechen für die gute

Wirksamkeit von Damiana (*Turnera diffusa*). Darüber hinaus besitzt das Arzneimittel ein ausgezeichnetes Verträglichkeitsprofil.

Wichtig ist jedoch zu beachten, dass eine glückliche Sexualität auf verschiedensten Faktoren beruht und nicht durch eine Einzelmaßnahme herzustellen ist. Dazu gehört neben Maßnahmen, die psychisches Wohlbefinden fördern, und eventueller medikamentöser Behandlung immer auch das vertrauensvolle Gespräch mit dem Partner.

Zur Person

ao. Univ.-Prof. Dr. med. Peter Hofmann

Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, stationsleitender Oberarzt (Station 2a), Leiter der Spezialambulanz für bipolare Erkrankungen, allgemein beideter Sachverständiger f. das Gebiet der Psychiatrie, stellvertretender Klinikvorstand der Grazer Univ.-Klinik für Psychiatrie.

Studium der Medizin in Wien, Promotion 1987 zum Dr. univ. med. 1987-1989 wissenschaftlicher Mitarbeiter an der psychobiologischen Forschungsstation (Leiter: Univ. Prof. Dr. G. Langer) der Psychiatrischen Universitätsklinik Wien, danach Hochschulassistent (Gründung einer Ambulanz für Angstpatienten). 1990 Wechsel nach Graz mit Univ. Prof. Dr. H. G. Zapotoczky und Aufbau der Grazer Angstambulanz.

Seit 1993 Facharzt für Psychiatrie und Neurologie; 1992 –1997 als Beratungsarzt des Psychosozialen Dienstes (PSD) Burgenland tätig. 1996 Verleihung der Venia Docendi für Psychiatrie durch den Dekan der medizinischen Fakultät der Karl-Franzens-Universität Graz. 1997 Übernahme der Station West der Universitätsklinik Graz als stationsführende Oberarzt. Seit 1998 allgemein beideter Sachverständiger f. das Gebiet der Psychiatrie, sowie seit 2005 stellvertretender Klinikvorstand der Grazer Univ.-Klinik für Psychiatrie. Zahlreiche Publikationen in Büchern und internationalen Fachzeitschriften zu den Themen Depression, bipolare affektive Psychosen, Schizophrenie, forensische Psychiatrie, Psychopharmaka, Gerontopsychiatrie, Angststörungen, PTSD, Suchterkrankungen etc.

Coach und Trainer auf den Gebieten Emotionale Fitness, Burnoutprophylaxe, Rhetorik, Vernehmungstechniken, Glaubhaftigkeitsprüfung etc.

Kontakt:

Privatordination:

Hartenaugasse 39

8010 Graz

Tel. 0664/843 854 1

E-Mail: gerichtopsyhiater@aon.at

Web: <http://gerichtopsyhiater.at>

6. Moderation

Zur Person

Dr. Michael Elnekheli

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
1962 in Wien geboren
verheiratet, 4 Kinder



Akademischer Werdegang:

1980 - 87	Medizinstudium an der med.Uni-Wien
1980 - 87	Studium der Anthropologie an der Uni Wien
1987	Promotion zum Doktor der gesamten Heilkunde

Berufsausbildung:

1987	Ableistung des Wehrdienstes
1987 - 91	Ausbildung zum Arzt für Allgemeinmedizin
1991 - 96	Ausbildung zum Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe im Kaiser Franz Josef Spital

Berufstätigkeit:

seit 1996	niedergelassener Facharzt
seit 1999	Präsident des Berufsverbandes österreichischer GynäkologInnen
1998-2004	stellvertretender Fachgruppenobmann der ÄK f.Wien
2002-2009 (österr.Ges.f.Gyn.u.Geburtshilfe)	kooptiertes Vorstandsmitglied der ÖGGG
seit 1998	Kolumnist in der gynäkologischen Fachzeitschrift „GynAktiv“ und „Jatros-Die Frau“

Kontakt:

Ordination Dr. Michael Elnekheli

Thaliastraße 31, 1160 Wien
alle Kassen, Privatordination nach Vereinbarung
Tel. 01/481 21 21
Web: www.patchworkfamily.at

7. Zusammenfassung:

Weibliche Lust

Hilfe bei nachlassendem sexuellen Interesse

Jede dritte Frau verspürt gelegentlich oder häufig kein sexuelles Verlangen, bei jeder zehnten Frau ist diese Lustlosigkeit mit einem persönlichen Leidensdruck verbunden. Die vielschichtigen Ursachen reichen von stressigem Lebensstil bis hin zu hormonellen Veränderungen beispielsweise im Klimakterium. Lange Zeit war die Auswahl an wirksamen und gut verträglichen medikamentösen Therapien bei der weiblichen Sexualstörung limitiert. Kürzlich wurde in Österreich das erste pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana als Therapieoption bei nachlassendem sexuellen Verlangen zugelassen*. Es wirkt nach dem Multi-Target-Prinzip, durchblutungsfördernd im Genitalbereich, hormonell stabilisierend sowie entspannend und angstlösend. Die neue pflanzliche Medikation könnte ein wichtiger Baustein in der Sexualtherapie werden.

In einem ersten Schritt sollten bei jeder Frau mögliche Ursachen identifiziert für sexuelle Lustlosigkeit identifiziert werden. „Bei einem Großteil der betroffenen Frauen liegen die Ursachen eher im nichtorganischen Bereich“, berichtet **Dr. Elia Bragagna**, Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychosomatik, Leiterin der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG). Grundsätzlich können drei Frauentypen unterschieden werden:

- Für die erste Gruppe ist typisch, dass sie Sex grundsätzlich liebt, aber kein Bedürfnis danach mehr verspürt. Die Frauen merken, dass sie nicht mehr wie früher sind, finden das traurig und würde gerne wieder Anschluss an frühere Empfindungen bekommen.
- Die zweite Gruppe hat keinen Appetit auf Sexualität und würde auch gut ohne Sex auskommen. Sie empfinden die Bedürfnisse des Partners häufig als Belastung. Es handelt sich dabei eher um Frauen, die sich grundsätzlich nicht sehr sexuell definieren.
- Bei der dritten Gruppe ist die Sexualität v.a. durch körperliche Veränderungen beeinträchtigt. Die genitale Durchblutung ist verringert und die Reaktionsfähigkeit auf sexuelle Reize reduziert.

Hormone spielen eine Schlüsselrolle

Für ein harmonisches Funktionieren der weiblichen Sexualität ist ein feines Zusammenspiel verschiedener Hormone maßgeblich. Dazu gehören einerseits Sexualhormone. „Sie sind insbesondere für den Wunsch nach Sex sowie für die Erregbarkeit relevant“, erläutert **Prim. Dr. Heidemarie Abrahamian**, Abteilungsvorständin des Internistischen Zentrums im Otto-Wagner-Spital, Internistin und Endokrinologin, Psychosomatische und Psychotherapeutische Medizin. Aber auch verschiedene andere Hormone wie beispielsweise Prolaktin, Schilddrüsenhormone und das Stresshormon Cortisol aus der Nebenniere üben einen Einfluss aus. Ein wichtiger Störfaktor der hormonellen Balance ist unter anderem der hohe Alltagsstress, dem viele Frauen in der heutigen Zeit ausgesetzt sind.

Stress als Lustkiller

In der heutigen Zeit sind insbesondere Frauen vielfach auf allen Ebenen maximal gefordert: Der Alltag muss optimal gemanagt, Beruf, Kinder, Partnerschaft etc. müssen sprichwörtlich unter einen Hut gebracht werden. Doch diese Daueranforderungen unseres konsumierenden Lebensstils haben einen hohen Preis, wie **Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann**, Facharzt für Psychiatrie und Neurologie in Wien und Graz weiß: „Psychische Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen sowie stressbedingte Leiden wie z.B. Burnout nehmen zu – diese Leiden wirken sich häufig negativ auf die Sexualität aus.“ Auf der anderen Seite lässt uns der Alltag nur noch wenig Zeit und Energie für sogenannte vitale Empfindungen wie z.B. lustvolle Aspekte wie sexuellen Appetit.

Therapieansätze

Bei organisch bedingten Sexualfunktionsstörungen steht die Behandlung der Grunderkrankung im Vordergrund. Werden etwa im Hormonstatus Abnormalitäten festgestellt, sind diese gezielt zu beheben. Dies gelingt beispielsweise bei einem erhöhten Prolaktinspiegel oder Veränderungen im Bereich der Schilddrüse relativ einfach. Schwieriger ist eine Korrektur im Bereich der Sexualhormone.

Bei Vorliegen einer Erkrankung auf psychischer Ebene ist in der Therapie gezielt anzusetzen. Sexuelles Desinteresse ist in vielen Fällen lediglich ein Begleitsymptom. In den meisten Fällen kehrt die Sexualität von

selbst zurück, wenn beispielsweise ein depressiver Mensch erfolgreich behandelt wird. Aber Achtung – manche Antidepressiva können zu einer Abnahme der sexuellen Lust führen.

Wenn die Sexualität v.a. unter dem Einfluss von chronischem Alltagsstress leidet, verhilft das Erlernen von Entspannungsübungen, die Integration von Meditation etc. häufig zu mehr Gelassenheit und dadurch zu mehr Bereitschaft, sich auf Sexualität einzulassen.

Pflanzliches Arzneimittel als neue Option

Eine neue Therapieoption stellt das pflanzliche Arzneimittel Dr. Böhm® Damiana dar. „Die traditionelle Arzneipflanze Damiana ist in Süd- und Mittelamerika beheimatet und besitzt eine lange Tradition als Aphrodisiakum“, betont **Univ.-Prof. Dr. Rudolf Bauer**, Leiter des Instituts für Pharmazeutische Wissenschaften an der Karl-Franzens-Universität Graz. Eine klare Zuordnung der anregenden, libidosteigernden Wirksamkeit zu einem bestimmten Wirkstoff ist bei Damiana nicht möglich. Wie bei vielen Arzneipflanzen gilt auch hier der Gesamtextrakt als „wirksames Prinzip“. Phytochemischen Untersuchungen zufolge enthalten die Blätter Flavonoide (u.a. Pinoembrin, Acacetin und Apigenin), Terpene (ätherisches Öl), Glykoside (u.a. Tetraphyllin, Arbutin), Gerbstoffe und Koffein.

Für den aphrodisierenden Effekt von Damiana werden derzeit v.a. drei Wirkmechanismen als relevant erachtet (Factbox): Es stabilisiert den endogenen Testosteronspiegel, verstärkt es die Durchblutung und Befeuchtung im Genitalbereich und fördert dadurch die Erregbarkeit. Darüber hinaus wirkt es angstlösend und entspannend. Alle drei Effekte kommen Frauen mit nachlassendem sexuellen Interesse sehr entgegen, insbesondere jenen zahlreichen, die heutzutage unter einem permanent hohen Stresslevel stehen, sind sich die ExpertInnen einig.

Factbox: Aphrodisierende Effekte von Damiana

- Pharmakologische Untersuchungen zeigten eine Hemmung der Aromatase. Dies unterstützt eine Stabilisierung des Testosteronspiegels und stärkt dadurch die Libido.
- Damiana beeinflusst den NO/cGMP-Signalweg durch Aktivierung der cGMP-Bildung sowie Hemmung der Phosphodiesterase-5 (PDE-5). Dieser durchblutungsfördernde Effekt auf die Schwellkörper und die Lubrikation (Feuchtigkeit) in der Scheide verbessert die sexuelle Funktion.
- Die Beeinflussung von GABAergen und glutamatergen Neuronen (vermutlich v.a. durch Apigenin) im Zentralnervensystem resultiert in einer angstlösenden Wirkung und trägt so möglicherweise zu dem pro-sexuellen Effekt bei.

Kostenlose Vortragsabende im Juni in Linz, Wien und Graz Vom Frust zur sexuellen Lust

Jede dritte Frauen ist im Laufe ihres Lebens von sexueller Unlust betroffen, bei jeder zehnten Frau ist diese Lustlosigkeit mit einem persönlichen Leidensdruck verbunden. Das sind die Ergebnisse der PRESIDE-Studie, die an 31.581 erwachsenen Frauen in den USA durchgeführt wurde. In Österreich ist die Situation ähnlich, schätzt Dr. Elia Bragagna, Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychosomatik, Psycho- und Sexualtherapeutin und Leiterin der Akademie für Sexuelle Gesundheit (AfSG). Die Ursachen sind vielschichtig: Stressiger oder belastender Lebensstil, langjährige Beziehungen (Routine), hormonelle Veränderungen (Kontrazeptiva, Wechsel, Testosteronmangel).

Dr. Bragagna, eine der Pionierinnen der Sexualtherapie in Österreich, gibt in ihrem Vortrag interessante Einblicke aus der sexualmedizinischen Praxis und beantwortet Fragen wie zum Beispiel „Wie entsteht Lust?“ oder „Warum wird die Frau lustlos?“. Der Eintritt ist frei.

Wann & Wo:

Montag, 19. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Kulturquartier (Ursulinensaal), OK-Platz 1, 4020 Linz

Dienstag, 27. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Museumsquartier (Arena 21), Museumsplatz 1, 1070 Wien

Mittwoch, 28. Juni 2017, 19.30 Uhr, im Flughafen Graz, 8073 Feldkirchen bei Graz

Weitere Infos:

<http://www.damiana.at/>

Literatur:

*Fachinformation Damiana Turnera diffusa syn. Aphrodisiaca, Februar 2017.

8. Pressebilder

Für die redaktionelle Berichterstattung stellen wir Ihnen diese Bilder gerne honorarfrei zur Verfügung. Sie finden sie in drucktauglicher Qualität auf dem beiliegenden USB-Stick.



Rudolf Bauer
© Sissi Furgler Fotografie



Elia Bragagna
© wdw



Heidemarie Abrahamian
© Albert Abrahamian



Peter Hofmann
© privat



Michael Elnekheli
© privat



© damiana.at



pixabay.com: public domain



Damiana
© Stephan von Mikusch - Fotolia.com



Paar im Schlafzimmer
© VadimGuzhva - Fotolia.com

