

ALLGEMEINMEDIZIN

ALLGEMEINE INNERE FACHMEDIZIN

SPEZIELLE FUNKTIONSUNTERSUCHUNGEN

VORSORGEMEDIZIN

- HERZINFARKTVORSORGE
- SCHLAGANFALLVORSORGE
- HAUTKREBSVORSORGE
- SPEISERÖHRENVORSORGE
- MAGENKREBSVORSORGE
- DARMKREBSVORSORGE
- PROSTATAKREBSSCREENING

SPEZIALSPRECHSTUNDEN

- REIZDARMSPRECHSTUNDE
- HÄMORRHOIDENSPRECHSTUNDE
- INKONTINENZSPRECHSTUNDE
- STRESSSPRECHSTUNDE
- SCHMERZSPRECHSTUNDE
- LEBENSBERATUNG
- AUTOGENES TRAINING
- PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG NACH JACOBSEN

„In Vorsorge für Sie“

Ihr Team der Praxis am Theater



MVZ PRAXIS AM GRILLO-THEATER GMBH

ZENTRUM FÜR VORSORGE MEDIZIN
DRES. BOEKSTEGERS & KOLLEGEN

INNERE MEDIZIN | GASTROENTEROLOGIE
PROKTOLOGIE | KARDIOLOGIE
DERMATOLOGIE | ALLGEMEINMEDIZIN

24-STUNDEN-REZEPHTHOTLINE
TELEFON 02 01 / 827 20 55

MVZ PRAXIS AM GRILLO-THEATER GMBH
I. HAGEN 26
45127 ESSEN
TELEFON 0201 / 827 200
TELEFAX 0201 / 827 20 10
PRAXIS@DR-BOEKSTEGERS.DE
WWW.DR-BOEKSTEGERS.DE

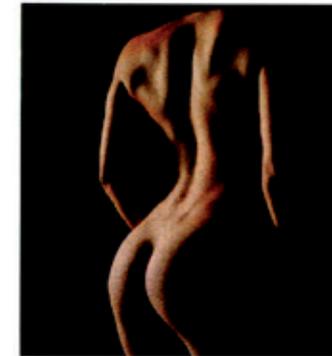
ZERTIFIZIERT NACH ISO 9001



PRAXIS AM THEATER
DRES. BOEKSTEGERS & KOLLEGEN

INFOSERVICE ★ ★ ★ ★ ★

Thema Sexualstörungen



Qualitätsgemeinschaft
P* Premium Medizin Ruhrgebiet
Ambulante Hochleistungsmedizin
www.premium-medizin.info



Erlauben Sie uns einige Anmerkungen zum Thema Sexualstörungen:

Natürlich ist die Sexualität schön und notwendig – uns allen wird aber in der heutigen Zeit suggeriert, dass sich nun wirklich alles nur um dieses Thema dreht und „man“ jederzeit und immer bereit sei. Eigentlich dient die Sexualität ja nur der Arterhaltung, also der Fortpflanzung. Diese wird durch ein ausgeklügeltes, komplexes Hormonsystem gesteuert und gebremst. Stress-Hormone bremsen!

Für den Neandertaler entstand Stress relativ selten – durch Säbelzahn tiger (diese hat es allerdings in unseren Regionen kaum gegeben...), oder feindliche Horden. Dann ging es ums Ganze: schlagartig mobilisierten die Stresshormone alle Kräfte, schalteten alle Schmerzen aus und legten selbstverständlich so „überflüssige“ Funktionen wie Verdauung und Sexualtrieb lahm.

Dann wurde eine kurze Zeitlang maximal gekämpft, oder maximal weggerannt – nach einer halben bis einer Stunde hatte sich alles so oder so erledigt.

In dieser Phase körperlicher Anstrengung wurden nun alle Stresshormone „verbraucht“. Nach einer Erholungszeit kamen nun die normalen Funktionen zurück.

In unserer so zivilisierten Zeit kommt der „Säbelzahn tiger“ nun alle halbe Stunde wieder – wir haben auch keine Chance, uns immer durch intensiven Sport abzureagieren. So reiten wir auf einer Welle von Stress-Hormonen (u. a. Adrenaline, Cortison, etc.), welche den ursprünglichen biologischen Zweck erfüllen: alle überflüssigen Funktionen wie Verdauung oder Sexualität lahm legen, Konzentration auf den Kampf!



Welche Konsequenzen können wir in diesem Zusammenhang ziehen?

Eine Methodik wäre natürlich, die Stressoren (Kunden, Vorgesetzte, äußere Umstände) nicht wahr zu nehmen – dieses ist unrealistisch.

Eine weitere, durchaus mögliche wäre, durch Entspannungstechnik und z. B. auch durch eine gesprächsanalytische Aufhellung der Stress-Situation eine bessere Bewältigung derer zu erreichen.

Eine weitere, sehr schnell wirksame und probate Methode ist täglicher Ausdauersport von idealerweise bis zu 60 Minuten (Nordic Walking, Jogging, Ergometerfahren, normales Fahrradfahren, etc.).

„Kampfsportarten“ (Tennis, Squash, etc.) wirken in diesem Zusammenhang nicht so gut. Nach einer heißen Dusche, einem heißen Getränk und einem leichten Essen sieht die Welt sicherlich anders aus.

Ganz wichtig ist, dass Sie sich durch uns Ihren Trainingspuls mitteilen lassen. Dieser variiert von Mensch zu Mensch außerordentlich; sollten Sie diesen überschreiten, kann Ausdauersport eher ungesund werden.

Zum Thema „Kein Verlangen“:

Es ist in diesem Zusammenhang zu betonen, dass bezgl. des Verlangens keine griffige Medikation mehr besteht.

Bei Mann und Frau sollte allerdings eine Hormonanalyse erfolgen. Bzgl. des Durchhaltevermögens des Mannes gibt es ja bekannte Substanzen, welche durchaus vorübergehend genutzt werden sollen, allein auch um der Versagensangst zu begegnen. Bitte sprechen Sie uns an!

Allgemein muss sehr deutlich unterschieden werden zwischen mangelndem „Verlangen“ und mangelndem „Können“



Das mangelnde Verlangen hat fast immer o. g. Ursachen. Natürlich kann oder sollte eine Hormonanalyse erfolgen; in aller Regel ist diese aber nicht sehr ergiebig.

Zum Thema „Nicht Können“:

Dies sind die Zahlen: es gibt in Deutschland ca. 5 Millionen Männer - das sind 20% aller Männer von 30 bis 80 Jahre - mit Erektionsstörungen.

Es ist zwar leicht, über Erektionsstörungen Witze zu machen, aber wenn man selbst betroffen ist, dann ist es sehr schwer, jemand zu finden, mit dem man offen darüber reden kann. Oft gelingt das selbst nicht mit der eigenen Partnerin.

Die Worte "Impotenz" und "impotent" werden häufig in einem negativen und abwertenden Sinn verwendet. Man benutzt daher vorzugsweise den medizinisch korrekten Begriff "erektiler Dysfunktion" oder redet von "Potenzprobleme", "Potenzstörung" und "Erektionsstörung".

Viele Männer mit Erektionsstörungen fühlen sich nicht mehr als "richtiger" Mann, sondern als Versager. Dadurch wird das Selbstwertgefühl erschüttert, negative Auswirkungen auf Partnerschaft, soziale Kontakte und Arbeitsfähigkeit sind die Folge. Viele Männer ziehen sich von ihrer Partnerin zurück, gehen allen Zärtlichkeiten aus dem Weg und verweigern ein Gespräch über ihren Zustand.

Wir stehen Ihnen in der Praxis am Theater auch in diesem Aspekt zur Seite.

Sprechen Sie uns bitte an!

„In Vorsorge für Sie“

Ihr Team der Praxis am Theater

