



„Spätestens wenn es um das Liebesleben geht, setzen sich Männer meist unter enormen Leistungsdruck. Und wenn die Beteiligten die Ursachen kennen, dann ist allen geholfen“, sagt Dr. Matthias Bauermeister.

Wenn im Bett tote Hose herrscht

Die Wechseljahre sind keine reine Frauensache – auch Männer können betroffen sein. Die Folge bei den Herren: Sie haben weniger Lust auf Sex

Etwa zehn Prozent aller Männer sind betroffen. Im Alter sinkt der Testosteronspiegel und es kommt zu Schlafstörungen, Herzklopfen, Fettablagerungen am Bauch und einer Verringerung der Potenz und der Lust auf Sex. Gerade der letzte Punkt sorgt dafür, dass es ein Tabu-Thema unter Männern ist, meint Dr. Matthias Bauermeister aus Pinneberg, Facharzt für Urologie und Andrologie. Die Betroffenen würden sich eher zurückziehen, anstatt über ihre Sorgen zu

sprechen. Weder mit ihrem Arzt, noch im Freundeskreis und am allerwenigsten mit der Partnerin.

„Im Gegensatz zum Klimakterium der Frauen ist das bei Männern ein über viele Jahre schleichender Prozess ohne offensichtliche Symptome wie etwa Hitzewallungen“, erklärt der Mediziner. Die Folgen eines überdurchschnittlich stark sinkenden Hormonpegels können vielfältig sein: Nicht nur, dass die Partnerschaft nachhaltig belastet werde – die Wechseljahre des Mannes, auch

„Andropause“ genannt, führen über latente Gereiztheit unter Umständen bis hin zu einer Depression.

Der Rat des Mediziners: „Männer sollten mit ihrem Arzt offen darüber sprechen, wenn es im Bett nicht mehr wie früher läuft. Und Frauen sollten mit dem Wissen, dass einer von zehn Männern betroffen ist, ihren Partner behutsam darauf aufmerksam machen, dass es ein normaler Vorgang im Körper ist, für den man sich nicht schämen muss.“

◆ (ad)