



## Abstractband

# Fachkonferenz Lust auf Reden

1. Dezember 2023, Klinik Floridsdorf

### **Leben und Lieben mit HIV & sexuell übertragbaren Infektionen (STI)**

*Assoc.Prof.<sup>in</sup> Priv.Doz.<sup>in</sup> Dr.in Katharina Grabmeier-Pfistershammer, Wien (Österreich)*

Heutige Therapien ermöglichen den meisten mit Menschen mit HIV ein „normales“ Leben mit allen beruflichen und privaten Zielen und Träumen. Dennoch stellt HIV gerade Beziehungen oftmals auf die Probe. Durch eine erfolgreiche HIV-Therapie lässt sich eine Übertragung der Infektion auf den Partner oder von der Mutter auf das Kind vermeiden. Rechtzeitige und regelmäßige Untersuchungen auf andere sexuell übertragbare Erkrankungen helfen, (schwerwiegende) Folgen für den Kinderwunsch zu vermeiden.

### **Leben mit HIV – ein Blick hinter die Kulissen**

*Wiltrut Stefanek, Obfrau des Vereins PULSHIV, Wien (Österreich)*

Eine HIV-Infektion lässt sich mittlerweile sehr gut behandeln und dank der modernen Medikamente können, wir, Menschen mit HIV, ein normales Leben mit annähernd normaler Gesundheit führen und wir können auch eine gesunde und erfüllende Sexualität (er)leben.

Doch viele HIV - positive werden in Ihrem Alltag noch immer mit Vorurteilen und Berührungsängste konfrontiert. Die medizinischen Fortschritte sind enorm, aber im gesellschaftspolitischen Bereich hinken wir diesen Entwicklungen hinterher. Gemeinsam können wir, jeder auf seine Art und Weise, aufklären und ein sichtbares Zeichen gegen Intoleranz, sozialer Ausgrenzung und Diskriminierung setzen.

## Erhaltung guter Sexualität bei chronischen Erkrankungen

Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Michaela Bayerle-Eder, Wien (Österreich)

*“Disease does not protect you from love. But love, to some extent, protects you from disease!” Jeanne Moreau (born 1928)*

Auch wenn die „Sexualität“ im Alter physiologisch etwas abnimmt, sind es doch der Lebensstil und die chronischen Erkrankungen die den größten Einfluss auf die Sexualfunktion haben: So leiden bis zu 80 Prozent aller chronisch-kranken Menschen an Sexualfunktionsstörungen, die entweder durch die Erkrankung selbst oder durch medizinische Interventionen ausgelöst werden können. Das gilt insbesondere für Zivilisationserkrankungen wie Diabetes, Rheuma, Bluthochdruck, Adipositas oder Atherosklerose, aber auch Krebs und Depression und vieles mehr.

„Aber auch viele Medikamente, mit denen diese Erkrankungen behandelt werden, haben Nebenwirkungen, die sich auf die Libido negativ auswirken“. In jedem Fall sollte eine genaue Medikamentenanamnese durchgeführt werden und die Sexualfunktion von behandelnden Ärzt\*innen angesprochen und im Einzelfall auf ein anderes Präparat umgestellt werden.

„Gerade in der Medizin führt die Sexualität ein Schattendasein, obwohl eine gestörte Sexualfunktion sowohl Ursache als auch Folge einer Vielzahl von somatischen und psychischen Erkrankungen sein kann und in fast jeder medizinischen Spezialität eine große Rolle spielt. Dadurch kommt es zu einer Verschlechterung der Lebensqualität der Patient\*innen und ihrer Partner\*innen.“

Eine vorliegende Sexualfunktionsstörung kann selbst aber Anzeichen für ein vorliegendes, seelisches Leiden sein. In rund 80 Prozent dieser Fälle könnte den Betroffenen auf rein medizinischer Ebene geholfen werden.

Generell gilt für ALT und JUNG: Gesundes Essen, Sport, viel Schlaf und weniger Stress sind ganz essenziell für guten Sex. Ein funktionierendes, erfülltes Sexualeben hat vice versa positive Gesundheitseffekte: Sexuell aktive Menschen sind gesünder, leben länger und bleiben auch länger arbeitsfähig. Daher ist die sexuelle Gesundheit auch seit 2006 in den Kriterien der Weltgesundheitsorganisation WHO verankert und betrifft alle medizinischen Disziplinen.

## Lust zu Reden? Wie maximiert man das Gespräch über Sex?

*Dr. Woet Gianotten (Niederlande)*

Über Sex zu sprechen ist ein stark vernachlässigter Bestandteil des medizinischen Instrumentariums.

Einerseits sprechen Patienten fast nie mit uns über ihre sexuellen Fragen und Sorgen, nicht einmal mit einem großen sexuellen Problem. Andererseits schweigen auch medizinische Fachkräfte fast immer über Sexualität und Intimität. So verstärkt unser Schweigen nicht nur das Tabu über Sex zu sprechen, sondern kann sogar das Tabu sexueller Aktivität verstärken.

Welchen Nutzen hat es, das Thema bei unseren Patient\*innen anzusprechen? Dazu zählen eine höhere Lebensqualität, ein entspannterer Krankheitsverlauf, bessere Genesungsmöglichkeiten und ein besserer Kontakt zwischen Patient\*in und Fachkraft. Dadurch kann man eine höhere Therapietreue erwarten.

Krankheit beeinträchtigt nicht nur den Sex. Sex wirkt sich auch auf die Gesundheit aus. Der sexuelle Ausdruck bietet weitreichende gesundheitliche Vorteile deren kurzfristige Effekte den Krankheitsverlauf für den Patienten, den Partner und die Beziehung unterstützen können. Beispielsweise kann Sex zur Schmerzlinderung, Muskelentspannung und besseren Schlaf eingesetzt werden. Mittlerweile gibt es sogar Hinweise darauf, dass Küssen und Kuseln mit niedrigeren Cholesterin- und proinflammatorischen Zytokinwerten verbunden sind.

Auch gibt es langfristige Effekte, die wir zur Prävention und Gesundheitsförderung für Patient\*in und Partner\*in nutzen können. So ist eine höhere Häufigkeit sexueller Aktivität mit weniger zerebrovaskulären Problemen, einem späteren Auftreten von Demenz und einem längeren Leben verbunden.

## Lust auf Reden – Handreichungen für die Praxis

*Mag.<sup>a</sup> (FH) Sabine Lex (Österreich)*

*„Sexuelle Gesundheit ist ein Konzept, das eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraussetzt, nicht bloß die Abwesenheit von Krankheit. Dazu gehört die Möglichkeit, lustvolle und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, frei von Zwang, Gewalt und Diskriminierung.*

*Über Bedürfnisse und Probleme zu sprechen, ein Bewusstsein sowie Handlungskompetenzen zu entwickeln, Aufklärung mithilfe von Sexualpädagogik*

*sowie Prävention und Behandlung von STIs spielen eine wichtige Rolle bei der Förderung sexueller Gesundheit.“ (Definition sexuelle Gesundheit in Anlehnung an WHO)*

Das Reden über sexuelle Gesundheit stellt häufig noch ein Tabu in unserer Gesellschaft dar. Menschen trauen sich viel zu selten ihre sexuellen Bedürfnisse und Wünsche, Probleme und Ängste zu thematisieren. Dabei ist sexuelle Gesundheit Teil der allgemeinen Gesundheit und steht in enger Wechselwirkung mit physischer und psychischer Gesundheit.

Die Aids Hilfe Wien hat – mit Unterstützung des Dachverbands der österreichischen Sozialversicherungen - die Kampagne „Lust auf Reden. Gemeinsam für sexuelle Gesundheit!“ ins Leben gerufen, um sexuelle Gesundheit sowohl im privaten als auch im professionellen Bereich aus der Tabuzone zu holen. Denn sexuelle Gesundheit ist in jedem Alter ein Thema und ein offenerer Umgang damit kann zu mehr Wohlbefinden beitragen.

Angehörige der Gesundheitsberufe können viel dazu beitragen, sexuelle Gesundheit zu enttabuisieren. Studien zeigen, dass Klient\*innen das Angebot, über Sexualität zu reden, gerne annehmen, wenn es von Angehörigen von Gesundheitsberufen initiiert wird. Hilfreich können dabei eine entsprechende Gestaltung der Webseite, des Wartebereichs und eine Sexualanamnese sein. Ebenso sinnvoll kann es sein, sich mit Fachpersonen aus dem Bereich Sexualmedizin, -therapie und –beratung zu vernetzen.

## **WORKSHOPS:**

### **Gynäkologie und Sexualität**

*Dr.<sup>in</sup> Andrea Kottmel (Österreich)*

Sexualität ist ein zentrales Lebens- und Gesundheitsthema. Viele Erkrankungen haben Einfluss auf die Sexualefunktion. Dass auch Erkrankungen der weiblichen Genitalorgane direkte und indirekte Auswirkungen auf die sexuelle Gesundheit haben, ist naheliegend. Umso mehr verwundert es, wie oft diese Zusammenhänge im medizinischen Alltag untergehen. Dieser Workshop bietet die Gelegenheit, anhand verschiedener gynäkologischer Erkrankungen die Auswirkungen auf die Sexualefunktion zu besprechen bzw. das vorhandene Wissen zu vertiefen und für den Alltag aufzufrischen. Wiederkehrende Genitalinfektionen werden beispielsweise immer wieder als Störungsfaktor in ihrer Bedeutung für die Sexualität unterschätzt, auch vulväre Hauterkrankungen wie Lichen sclerosus oder Lichen planus spielen als oft schmerzhaft lokale Autoimmunerkrankungen eine wichtige Rolle. Vulvodynie als lokale chronische Schmerzstörung mit zahlreichen assoziierten Faktoren beeinflusst viele Lebensbereiche, die Sexualität ist sehr häufig betroffen. Endometriose als „Chamäleon der

Gynäkologie“ zeigt sich in sehr unterschiedlichen Ausprägungen mit schlechter Korrelation der sonographischen bzw. histologischen Befunde mit den klinischen Beschwerden.

Die biopsychosoziale Anamnese ist bei allen Erkrankungen eine wichtige Basis um Belastungen durch Einflüsse auf die Sexualität zu erfassen und den Therapieerfolg nicht durch einen „Blinden Fleck“ im Bereich Sexualfunktion zu gefährden.

## Über Psyche und Sexualität sprechen

*Assoc.Prof.<sup>in</sup> Priv.Doz.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Katharina Leithner-Dziubas (Österreich)*

Jeder Mensch hat ein Sexualleben, auch wenn es vielleicht im Alltagsleben nicht gelebt wird oder unbewusst ist. Die Erwachsenensexualität ist nur ein Teil und nicht gleichzusetzen mit kindlicher Sexualität. Nur wenn Sexualität in der Kindheit integriert werden kann, kann sie im Erwachsenenleben als ‚Sexualenergie‘ genutzt werden. In diesem Sinn ist Sexualität ein zentrales Thema jeder Lebensphase. Die sexuelle Entwicklung ist nicht von der psychischen Entwicklung zu trennen. Probleme im Bereich des sexuellen Erlebens, der Fähigkeit, Lust zu empfinden, sind oft maskiert von körperlichen Beschwerden und bleiben häufig unentdeckt, unverstanden und unbehandelt. Im Laufe des Lebenszyklus von Kindheit über Adoleszenz, reproduktive Phase, Klimakterium und Alter sind unterschiedliche sexuelle Interessen und Aktivitäten im Vordergrund. Die in diesen Lebensphasen zu bewältigenden Krisen können sich auf das Erleben der Sexualität auswirken. Auch psychische Erkrankungen können das befriedigende Erleben von Sexualität erschweren. Anhand von Fallvignetten soll unterschiedlichen Körpererfahrungen in unterschiedlichen Lebenszyklen nachgegangen und Ansatzpunkte für ein Reden darüber aufgezeigt werden.

## Sexualität bei chronischen Erkrankungen – Problematisch oder Quelle für mehr Lebensqualität?

*Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Michaela Bayerle-Eder, Irina Elisabeth Igerc BSc MSc, (Österreich)*

In diesem Workshop werden die Ergebnisse des Gesundheitsberichtes der Stadt Wien „Sexualität bei chronischen Erkrankungen“ von Frau Mag.<sup>a</sup> Monika Szelag vorgestellt. Univ.-Prof.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Michaela Bayerle-Eder berichtet über medizinische Zusammenhänge zwischen chronischen Erkrankungen und Sexualität. Anschließend gibt es die Möglichkeit zur gemeinsamen Diskussion und Beantwortung von Fragen, die in der sexualmedizinischen Beratung auftreten können.

Aus der wissenschaftlichen Forschung geht hervor, dass Sexualität einen Einfluss auf Gesundheit und Lebensqualität hat. Im Laufe des Lebens kann sich die Zufriedenheit mit der eigenen Sexualität verändern, vor allem bei Auftreten einer chronischen Erkrankung. Themen rund um die Sexualität sind im Gesundheitswesen immer noch stark tabuisiert. Betroffene wünschen sich bei sexuellen Schwierigkeiten fachgerechte Beratung. Sowohl Erkrankungen als auch Medikamente können sich auf das Sexualleben auswirken. Die Lösung sexueller Probleme kann zu einer verbesserten Lebensqualität führen und bei Vorliegen einer chronischen Erkrankung als positive Ressource angesehen werden. Methodisch wurden für den Gesundheitsbericht neben einer wissenschaftlichen Literaturrecherche 16 Interviews mit Expert\*innen aus dem Gesundheitswesen geführt. Die Interviewpartner\*innen kamen aus dem ärztlichen Bereich und der Pflege, sowie der Psychologie und Psychotherapie. Der Gesundheitsbericht führt die Analyse aller drei Datenquellen zusammen und ergänzt diese mit Aussagen von Betroffenen, z.B. aus Selbsthilfegruppen.

Zufriedenheit mit der Sexualität verändert sich durch eine chronische Erkrankung, Einschränkungen und Herausforderung nehmen zu. Sexualität bleibt vielen Personen wichtig, auch wenn sie chronisch erkranken oder älter werden. Im Vergleich zu Personen ohne chronische Erkrankung geben jene mit einer solchen um ein Vielfaches öfter an, sie seien mit ihrer Sexualität weder zufrieden noch unzufrieden. Sexuelle Probleme sind im Gesundheitswesen stark tabuisiert, das Ansprechen der Thematik fällt Betroffenen und Behandler\*innen schwer, der Wunsch nach Gesprächen ist aber vorhanden. Die sexuelle Zufriedenheit steigt, wenn zum Begriff Sexualität Faktoren wie Nähe, Händchenhalten, Kuscheln und Selbstbefriedigung dazugezählt werden, ebenso, wenn beim sexuellen Akt unterschiedliche Techniken praktiziert und Hilfsmittel verwendet werden. Die Offenheit, Alternativen auszuprobieren und allgemeine Nähe zur/m Partner\*in als Sexualität zu bewerten, steigern die Zufriedenheit mit dem Sexualleben, selbst wenn chronische Erkrankungen vieles nicht mehr in der gewohnten Form zulassen. Negative Einflüsse zeigen starkes Übergewicht (vor allem bei Frauen), Unzufriedenheit mit dem eigenen Aussehen sowie alle im Gesundheitsbericht untersuchten chronischen Erkrankungen: Adipositas, Asthma bronchiale, chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD), Depression, Diabetes mellitus, Herz-Kreislauferkrankungen, Krebserkrankungen, Multiple Sklerose und muskuloskelettale Erkrankungen. Weiters stellt die Kommunikation zwischen Betroffenen und deren Partner\*innen einen wichtigen Faktor beim Umgang mit sexuellen Schwierigkeiten dar.