

Der Mann von 45 Jahren

Geht's noch?

Der Mann von 50 Jahren: Goethe hat ihm eine Erzählung gewidmet, Hermann Hesse immerhin noch ein Gedicht. Männern, die fünf Jahre jünger sind, ist dagegen eine urologische Studie zugeeignet: PROBASE. Dort wird auch das Sexualverhalten der 45-Jährigen erforscht.

— Ein Begleitprojekt der PROBASE-Studie, die sich eigentlich mit Prostatakrebs-screening befasst, ist die German Male Sex Study. Ergebnisse daraus wurden kürzlich beim Kongress der Deutschen Gesellschaft für Urologie vorgestellt.

Hiernach ist der Mann von 45 Jahren in 95% der Fälle heterosexuell, in knapp 4% homo- und in rund 1% bisexuell. 99% der Hetero- und 98% der Bisexuellen,

aber auch 46% der Homosexuellen berichten von Sex mit einer Frau. Über Sexerfahrungen mit Männern verfügen 1,6% der hetero- und 79% der bisexuellen sowie 93% der homosexuellen Männer.

Bis zu ihrem 45. Geburtstag haben 71% der heterosexuellen Männer mit bis zu zehn Partnern Sex gehabt. Hingegen hatte fast jeder zweite Homosexuelle (45%) bis dahin mehr als 30 Partner, was bei den Heteros nur 6% von sich behaupten.

Und wie steht es um das Sexleben ab 45 – geht's noch? Auch das ist untersucht worden [1]. Und hier zeigt sich: Es geht nicht immer. Fast jeder sechste 45-Jährige ist von erektiler Dysfunktion (ED) betroffen. Für das Selbstbild der Betroffenen hat das Konsequenzen. Ihr Körperbild verändert sich zum Negativen. Ähnlich verhält es sich mit Blick auf die Wahrnehmung der eigenen Männlichkeit und das sexuelle Selbstwertgefühl; auch dort schätzen sich Männer mit ED im Durchschnitt schlechter ein als Männer ohne ED.



© illezhun / Getty Images / iStock

Am deutlichsten unterscheiden sich Männer mit von solchen ohne ED in der Wahrnehmung von sozialem Druck. Fast die Hälfte von ihnen gibt an, beim Sex oft in Panik zu geraten ob der Aufgabe, „den Mann zu stehen“. Ähnlich äußern sich nur etwa 13% der Männer ohne ED.

Dennoch sind 38% der Männer mit ED weitgehend der Meinung, ein guter Liebhaber zu sein, auf die Wünsche der Partnerin zu achten und Fantasie zu entwickeln. Der Anteil der Männer ohne ED, die sich einen Status in diesem Sinne bescheinigen, liegt bei 54%. „Dies lässt vermuten“, folgern die Autoren „dass das sexuelle Selbstwertgefühl nicht allein durch die Erektionsfähigkeit und die sexuelle Potenz des Mannes bestimmt wird.“

Dr. Robert Bublik

▪ Kongress der Deutschen Gesellschaft für Urologie, Leipzig, 28.9.–1.10.2016

▪ 1. Kögel AM et al. Urologe 2016, online 2. Mai; doi: 10.1007/s00120-016-0102-9

Begehrtes Studienobjekt: der Mann.

Klappt nicht? Macht nichts!

Auch beim Sex gibt es Altersweisheit

Die männliche Potenz nimmt ab, wenn der Mann an Jahren zunimmt. Die Erkenntnis ist nicht neu. Überraschender ist, wie Männer unterschiedlicher Altersgruppen mit dem Unvermeidlichen umgehen.

— Der Zahn der Zeit wird, je länger er nagt, nur umso härter. Das ist bei manchem von ihm benagten Körperteil zum

Bedauern vieler Besitzer deutlich anders. Eine japanische Studie hat ergeben, dass die Rigidität der penilen Erektion im

Lauf eines Männerlebens immer mehr nachlässt. Die Resultate zeigen aber auch: Schlechter heißt nicht unbedingt schlimmer.

Urologen von der Universitätsklinik Sapporo hatten in den 1990er-Jahren 319 Männer im Alter von 40 bis 79 Jahren in eine Studie aufgenommen, in der den Veränderungen der sexuellen Funktion nach-

