

Sharleen Wüest

Die Vorhänge sind gezogen. Aus dem Lautsprecher dringt Musik, kaum lauter als ein Flüstern. Eine Duftkerze flackert in der Ecke und taucht das Zimmer in einen goldenen Schein. Einer romantischen Nacht zu zweit steht nichts mehr im Weg. Oder?

Die Pläne enden schnell. Er will. Er kann nicht. Weder die romantische Atmosphäre noch das neue Dessous seiner Frau können es ändern. Die Erektion bleibt aus. Schon wieder.

So oder ähnlich könnte sich die Vorgeschichte eines Mannes abspielen, der Nicolas Diehm in seinem Sprechzimmer gegenüber übersetzt. «Bitte sagen Sie, dass das Problem nicht psychisch ist», würde er wie rund ein Drittel der anderen Patienten vom Arzt hören wollen. Und, tatsächlich: Erektionsstörungen haben selten einen psychischen Ursprung. De facto sind es nur etwa zehn Prozent der Fälle, wie verschiedene ärztliche Institutionen angeben.

Das weiss auch Diehm, der sich als Angiologe mit Erkrankungen der Gefässe – vor allem derjenigen im Penis – befasst. In seinem Zentrum für Erektionsstörungen in Aarau empfängt er mit seinem Team wöchentlich 10 bis 15 Patienten, die über Probleme mit der Erektion klagen. Viele von ihnen kämen erst spät. Der Grund dafür sei oft Scham. Das Gefühl, dass sie ohne Erektion weniger «Mann» seien oder dass mit ihnen etwas falsch sei.

Erektionsstörungen sind häufig

Das, obwohl eine neue Umfrage des «Deutschen Ärzteblattes» mit 1074 Männern zeigt, dass 27,5 Prozent schwache, 13,9 Prozent schwache bis moderate, 4,4 Prozent moderate und 6 Prozent schwere Erektionsprobleme haben. Das Problem ist also gar nicht so selten und dennoch ein Tabuthema. «Über einen Herzinfarkt wird gesprochen, über Erektionsstörungen nicht», sagt Diehm. Obwohl Letzteres ein wichtiges Gesprächsthema wäre, denn: «Die Untersuchung von Erektionsstörungen kann das Leben retten.» Wie ist das möglich?

Oft steckt eine Kombination verschiedener organischer Ri-

sikofaktoren dahinter wie zum Beispiel Bluthochdruck, Übergewicht, eventuell Diabetes oder eine Fettstoffwechselstörung. Diese organischen Ursachen können zu einer Verengung der Gefässe führen. Einfach erklärt, ist es in etwa wie eine Wasserleitung, die verkalkt ist.

Solche Gefässverengungen sind laut Diehm für beinahe die Hälfte der Erektionsstörungen verantwortlich. Denn eine Erektion entsteht, wenn sich die Arterien, die zum Penis führen, sowie die Penisschwellkörper ausweiten. So kann die Blutzufuhr gesteigert werden und der Penis dehnt sich aus. Sind die Arterien jedoch verkalkt, kann nicht mehr ausreichend Blut in den Penis gelangen.

Erektionsstörungen sind kein auswegloses Schicksal. Manchmal reicht bereits eine Änderung des Lebensstils, so Diehm.

Viagra funktioniert nur bei der Hälfte der Männer

In einer Studie aus dem Jahr 2019 wurden 200 Männer mit einer erektilen Dysfunktion untersucht. In 90 Prozent der Fälle lag eine Gefässproblematik als Ursache vor. Zudem wurden Risikofaktoren über alle Studienteilnehmer hinweg festgehalten: 42,5 Prozent von ihnen hatten einen hohen Cholesterinwert. Neben erblichen Faktoren wird dieser Wert auch durch falsche, sehr fettreiche Ernährung und Bewegungsmangel beeinflusst. Zudem waren 26 Prozent der Befragten Raucher.

Die wohl bekannteste Lösung sind PDE-5-Hemmer wie Viagra. Sie unterstützen die Erektion, weil sie gefässerweiternd wirken. Das jedoch nur, wenn ein sexueller Reiz vorliegt. Potenzmittel wie Viagra können seit 2019 in der niedrigsten Dosierung und kleinsten Packungsgrösse rezeptfrei in der Apotheke gekauft werden. Die Kosten werden von der Krankenkasse jedoch in der Regel nicht übernommen.

Nicht für alle Männer sind PDE-5-Hemmer ein Wundermittel. «Bei etwa der Hälfte der Patienten wirken die Präparate nicht», sagt der Gefässmediziner. Diese Erfahrung könne zu weiterem Selbstzweifel führen und Schamgefühle auslösen. Doch: «Sofern diese Tabletten

nicht wirken, sind mit hoher Wahrscheinlichkeit die Blutgefässe nicht intakt.» Die Arterien sind zum Beispiel zu stark verengt oder es liegt ein sogenanntes venöses Leck vor. In solchen Fällen fliesst das Blut zu schnell ab und das Glied erschlafft nach kurzer Zeit. Vor allem jüngeren Patienten, bei denen keine weiteren Ursachen gefunden werden, kann mit minimal-invasiven Methoden geholfen werden. Beim Eingriff werden betroffene Venen mit Gewebekleber verschlossen.

Auch bei schweren Gefässverengungen kommen Eingriffe infrage. Mittels einer Stentbehandlung können die zum Penis führenden Arterien mit einem Ballon geweitet und anschliessend mit einer eingesetzten

Gefässstütze stabilisiert werden. Für Diehm ein Routineeingriff. Er führt ihn monatlich bis zu 20-mal durch. Die Patienten sind im Durchschnitt 59 Jahre alt. Seit einem Jahr werden beide minimal-invasiven Eingriffe auf Kostengutsprache von der Krankenkasse übernommen, wenn es sich um eine schwere Erektionsstörung handelt. Dies betrifft aus Diehms Erfahrung etwa zehn Prozent aller Patienten.

Ob Viagra oder Eingriff, wichtig ist, dass die Ursache ebenfalls geklärt und behandelt wird. So wird nicht nur das Liebesleben erfolgreich zurückgeholt. Auch allfällige schwerwiegende Folgen können verhindert werden. Denn Gefässveränderungen im Körper werden oft als Erstes in den Penisgefässen bemerkbar. Die Arterien, die zum Penis führen, gehören nämlich zu den dünnsten im Körper. Ist ihr Durchfluss zum Beispiel aufgrund eines stark erhöhten Cholesterinwerts oder des Kettenrauchens gestört, ist es nur eine Frage der Zeit, bis auch andere Arterien betroffen sind.

Erektionsstörung geht dem Herzinfarkt voraus

Diehm sagt: «Eine erektile Dysfunktion geht einem Herzinfarkt etwa um drei Jahre voraus.» Wird diese frühzeitig als Warnsignal wahrgenommen und abgeklärt, können sogar Leben gerettet werden.

Etwa die Hälfte der kardiovaskulären Ereignisse bei Männern gehen mit einer Potenzstörung einher. Eine im Januar veröffentlichte Studie des Zentrums für Erektionsstörungen in Aarau zeigt, dass die Behandlung und Abklärung von Erektionsstörungen zu einer Reduktion von 21 Prozent des Herzinfarkt- und Schlaganfall-Risikos führen könnten. Einem Grossteil der Männer (67 Prozent) ist das Problem bereits vor dem Herzkreislauf-Ereignis bewusst. Diehm sagt: «40 000 kardiovaskuläre Ereignisse wie Herzinfarkte oder Schlaganfälle könnten über einen Zeitraum von zehn Jahren verhindert werden.» Dadurch würden auch Kosten eingespart, die laut Diehm jeden zweiten Stent-Eingriff zur Wiederherstellung der Erektion abdecken könnten.

Kein Grund zur Scham

Bloss die Psyche? Falsch: Hinter einer erektilen Dysfunktion stecken meistens organische Faktoren wie Bluthochdruck, Übergewicht oder Diabetes. Das kann auch Gefahren für das Herz bergen.



Mit der Attraktivität der Partnerin hat ein schlaffer Penis meist nichts zu tun.

Bild: Getty

Darum hat die Schweiz die beste Karten-App der Welt

Seit kurzem ist die neue Version der Swisstopo-App für iPhone- und Android-Anwender gratis verfügbar.

Daniel Schurter, Watson

Das Bundesamt für Landestopografie, Herausgeberin der kostenlosen Schweizer Karten-App, hat einiges ins Update hineingepackt. Neu bietet die Swisstopo-App eine interaktive Karte, die sogenannte «Base Map», die für die mobile Nutzung optimiert ist und in Echtzeit nützliche Informationen einblendet.

Die Echtzeit-Infos werden direkt in der Karte über interaktive Kartenelemente wie Points of Interest (POI) angezeigt und sollen vor allem für den Outdoor-Bereich hilfreich sein. So werden etwa aktuelle Abfahrten von öffentlichen Verkehrsmitteln (ÖV) angezeigt, aber

auch Wanderfreunde und Leute mit Elektroauto erhalten zusätzliche Angaben: Zusatzinfos zu einzelnen POI (Kontakt-daten, Öffnungszeiten, aktuelle Hinweise, Links), Anzeigen von Haltekanten und Perrons, aktuelles Wetter bei ausgewählten POI und Anzeige von Ladestationen, einschliesslich aktueller Verfügbarkeiten.

Von den folgenden Partnerorganisationen werden gemäss Swisstopo Echtzeit-Informationen eingeblendet: Schweizer Alpen-Club SAC, Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten EDA, SBB, Open Transport Data, Meteo Schweiz, Bundesamt für Umwelt Bafu und einigen mehr. Die «Base Map» sei speziell für

die Darstellung von Kartenausschnitten auf Smartphone-Displays optimiert worden, schreiben die stolzen Entwickler: Swisstopo habe «das typische Schweizer Kartendesign aufgefrischt und übersichtlicher gestaltet, um die Lesbarkeit zu vereinfachen». Zudem lasse sich bei der «Base Map»-Ansicht stufenlos zoomen (also vergrössern und verkleinern), und dies benötige deutlich weniger Speicherplatz als die Vorgänger-Versionen. Damit sei die Swisstopo-App auch offline in abgelegenen Geländen in bester Kartenqualität verwendbar.

Zusätzlich zur «Base Map» wurde auch eine neue Luftbildkarte in die App integriert.

Diese kombiniere aktuelle Luftaufnahmen mit überlagerten kartografischen Elementen. Dadurch werde die Orientierung und Lesbarkeit erhöht.

Wie gut läuft die neue Karten-App?

Praktische Tests mit der iPhone-App verliefen grundsätzlich problemlos. Beim Navigieren und insbesondere beim Aufrufen der Panorama-Funktion stürzte die App allerdings gelegentlich ab, ausserdem wurden die entsprechenden Inhalte zum Teil nur sehr langsam (vom Server) geladen.

Die von den Schweizer Steuerzahlerinnen und Steuerzahlern finanzierte App ist werbefrei und erfordert keine

Anmeldung. In der Datenschutz-Erklärung wird versichert, dass personenbezogene Daten weder an Dritte weitergegeben noch zu einem anderen Zweck verwendet würden.

Wichtig zu wissen: Die interaktiven Kartenelemente sowie die Funktionalitäten der App beschränken sich auf den Perimeter der Schweiz und Liechtensteins. In der Karten-Ansicht wird aber das umliegende Ausland angezeigt.

Die App wurde von der Schweizer Softwarefirma Ubiq entwickelt, die unter anderem auch an der SBB-Mobile-App mitgearbeitet hat.

