27.07.2022 – 08:15 Uhr

Herzkrankheit: Wie weiter mit dem Sex?

Herzkrankheit: Wie weiter mit dem Sex?

Nach einem Herzinfarkt oder einer Herzoperation leidet das Liebesleben vieler Betroffener. Weil Sexualität nach wie vor ein Tabu ist, werden Schwierigkeiten nicht oder lange nicht thematisiert. Die neue Broschüre «Sexualität bei einer Herzkrankheit» der Schweizerischen Herzstiftung hilft, Unsicherheiten und Probleme anzusprechen sowie Unterstützung zu finden.

Ein Stent ist schnell gesetzt: Akute Ereignisse wie ein Herzinfarkt kann die heutige Herzmedizin meist sehr gut behandeln. Auch bei

anderen einschneidenden Herzkrankheiten stehen erfolgreiche Therapien zur Verfügung. Dennoch darf nicht unterschätzt werden, wie belastend dies für Betroffene sein kann. «Ein Herzinfarkt ist für zahlreiche Patientinnen und Patienten mit Todesängsten verbunden, also ein traumatisches Erlebnis», sagt Prof. Jean-Paul Schmid, Chefarzt Kardiologie der Klinik Gais. Entsprechend leiden viele Betroffene noch Monate oder Jahre psychisch darunter, Angststörungen und Depressionen sind in 20 bis 40 Prozent der Fälle die Folge.

Übertriebene Ängste abbauen

Grosse Unsicherheit herrscht bezüglich der Frage, was man sich körperlich noch zutrauen darf. Dies betrifft auch das Sexualleben. Eine verbreitete Angst der Patient*innen ist, dass Sexualität eine zu grosse Belastung darstellt und damit Herzbeschwerden oder gar ein neues Ereignis auslöst. Der Spass am Sex kann zudem dadurch vergehen, dass körperliche Beeinträchtigungen oder Medikamente die sexuelle Lust oder Leistungsfähigkeit einschränken. «Wichtig ist, solche Probleme rechtzeitig beim Arzt oder der Ärztin anzusprechen», sagt der Kardiologe Schmid, «um übertriebene Ängste abzubauen und allenfalls Lösungen zu finden.» Neben medizinischen Therapien bieten sich auch eine kardiopsychologische oder sexualtherapeutische Beratung an. Doch dazu kommt es oft nicht. «Viele Betroffene, die sich ein Gespräch wünschen, trauen sich noch immer nicht, ihre Schwierigkeiten zu äussern», sagt Jean-Paul Schmid.

Neue Broschüre hilft weiter

Um Patient*innen und ihre Partner*innen den ersten Schritt zu erleichtern, hat die Schweizerische Herzstiftung zusammen mit Fachpersonen aus der Kardiologie, Kardiopsychologie und Sexualtherapie eine neue Patienteninformation entwickelt. Die Broschüre «Sexualität bei einer Herzkrankheit» geht der Frage nach, welche konkreten Probleme die Sexualität vieler Herzpatient*innen belasten. Sie zeigt auf, was sie und ihre Partner*innen zusammen mit Fachpersonen unternehmen können und welche Alternativen sich anbieten, wenn der Sex nicht mehr wie gewohnt möglich ist. Die 16-seitige Broschüre «Sexualität bei einer Herzkrankheit» ist gratis bei der Schweizerischen Herzstiftung erhältlich.

Peter Ferloni, Leiter Kommunikation
Schweizerische Herzstiftung:
Dufourstrasse 30, Postfach, 3000 Bern 14
Telefon 031 388 80 85
ferloni@swissheart.ch
www.swissheart.ch

Medieninhalte

Titelbild der Broschüre «Sexualität bei einer Herzkrankheit» / Schweizerische Herzstiftung

Diese Meldung kann unter https://www.presseportal.ch/de/pm/100011669/100892933 abgerufen werden.