

Schmerzen beim Intimverkehr

Die meisten Frauen machen im Laufe Ihres Lebens kürzere Phasen mit Schmerzen beim Geschlechtsverkehr durch. Ausgeprägte und lange anhaltende Schmerzen aber bewirken eine massive Einschränkung der Sexualität, bis hin zur Meidung jeder sexuellen Annäherung an den Partner.

Frauen mit Dyspareunie haben oft einen jahrelangen Leidensweg hinter sich. Sie berichten über verzweifelnde Arztbesuche mit immer denselben Ergebnissen: Entweder werden hartnäckige, immer wiederkehrende Infektionen im Genitalbereich festgestellt oder, was als noch schlimmer empfunden wird: Es wird nichts festgestellt.

Ursachen

Organische Ursachen

Für eine gute Diagnose ist wichtig, wann diese Schmerzen auftreten:

Schmerzen beim genitalen Streicheln:

- Entzündungen oder Verletzungen der Schamlippen oder der Klitoris

Schmerzen beim Einführen:

- Pilzinfektionen oder andere Keime im Genitalbereich
- Herpes im Genitalbereich
- Verwundbare Scheidenschleimhaut durch Östrogenmangel
- Infektionen oder Cysten der Genitaldrüsen (z. B. Bartholinische Drüsen)
- Narben im Genitalbereich (z. B. nach Operationen, Verletzungen, als Bestrahlungsfolgen, ...)

Schmerzen im mittleren Scheidenbereich:

- Harnröhrentzündung, Blasenentzündung, selten eine angeborene Scheidenverkürzung

Schmerzen bei tiefen Penisbewegungen:

- Zu heftige Bewegungen beim Geschlechtsverkehr,
- Entzündungen und Tumore im kleinen Becken (z. B. der Eierstöcke und Gebärmutter), Endometriose, Zysten der Eierstöcke
- Schmerzen durch Hüftgelenksabnutzung oder Abklemmung der Nerven

Schmerzen beim Orgasmus:

- Durch Krämpfe der Gebärmutter (evtl. durch Östrogenmangel), der Bauchmuskulatur
- Kopfschmerzen nach dem Orgasmus

Nichtorganische Ursachen

Beim genaueren Nachfragen gaben je 1/3 der Frauen an, dass Sie eigentlich keine Lust auf Sex hätten oder aber, dass ihr Körper einfach nicht genug erregt sei, um im Genitalbereich feucht zu werden. Dieser Feuchtigkeitsfilm bietet aber für die empfindliche Scheidenschleimhaut einen Schutz.

Bleibt die Scheide zu trocken, dann wird durch die reibenden Bewegungen des Penis die sensible Schleimhaut der Scheide wund gerieben und schutzlos. Diese wehrlose Schleimhaut ist dann die

Eintrittspforte für alle möglichen Keime, die dann eine Entzündung hervorrufen. Diese Entzündungen wiederum schmerzen, und dem Körper vergeht jede Lust auf Sexualität.

Viele Frauen geben aber genau dann, wenn Ihr Körper Zeit brauchte, um sich zu erholen, dem Drängen des Mannes nach Sexualität nach. Dieser Geschlechtsverkehr erzeugt jedoch noch mehr Schmerzen.

Folgen

Neben den Sexualzentren im Gehirn gibt es ein sogenanntes "Gefühlszentrum", das die Aufgabe hat, angenehme und unangenehme Erlebnisse zu speichern und so dem Körper zu melden, was er meiden oder aber zulassen und genießen soll. Speichert dieses Zentrum immer wiederkehrende unangenehme sexuelle Erlebnisse, dann meldet es dem "Stress- oder Fluchtnerv" (Sympathikusnerv), dass er keine Erregung in den Genitalen zulassen soll, und die Frau wird ganz bestimmt nicht feucht.

Ab diesem Zeitpunkt erzeugt jede sexuelle Annäherung des Mannes nur noch Angst vor den bevorstehenden Schmerzen, der Körper wird in der Folge oft lustlos oder fühlt einen heftigen Widerwillen gegen jede körperliche Berührung, bis hin zu Ekel. Die Behandlung richtet sich nach den organischen oder den psychosomatischen Ursachen der Dyspareunie.

Gerade nach Ausschluss organischer Ursachen bedarf es der sensiblen Begleitung der Patientin und des vertrauensvollen Gesprächs, das sich behutsam den vielfältigen psychosomatischen Ursachen nähert. Oft braucht es mehrerer Sitzungen ohne Zeitdruck mit und ohne Einbeziehung des Partners zur nachhaltigen Behandlung dieser Störung.