

SEXUALITÄT

# „Zwei Stunden Vollgas“

Millionen Männer leiden unter Impotenz. Auch Viagra hat das größte Mannesproblem nicht für alle gelöst. Eine thüringische Klinik bietet jetzt ein spezielles Training gegen erektile Dysfunktion.

Die beiden Doktoren geben sich sichtlich Mühe, ganz entspannt über die Hilfen für den Mann zu sprechen.

Zum Beispiel „Alprostadil“, sagt Michael Kalischewski, 43, „das wirkt ziemlich sicher“. Der Urologe nimmt einen künstlichen Penis aus Gummi in die linke Hand, biegt diesen über seinen Zeigefinger, nimmt eine Spritze und stößt die Nadel in den Schwellkörper. „Das klappt immer“, sagt Kalischewski, „ganz unabhängig davon, ob man sexuell erregt ist.“ Nach fünf bis zehn Minuten bekomme jeder Anwender eine Erektion und könne dann „zwei Stunden Vollgas geben“, versichert Rainer Hartwich, 55, Chefarzt der Heinrich-Mann-Klinik in Bad Liebenstein. Und das sei doch nun wirklich nicht schlecht, das schaffe „kaum ein normaler Mann“.

Die Männer, die sich in einer Sitzgruppe um die Mediziner scharen, legen ihre Stirn in Falten. Sie leiden unter erektiler Dysfunktion – Impotenz –, und sie leiden sehr darunter. Doch ihren Penis mit einer Spritze zu malträtieren, halten die wenigsten für eine gute Idee.

Zum Glück gibt es auch chemische Erektionshilfen wie Viagra. Doch die Nebenwirkungen sind beträchtlich, nicht nur fürs Herz. Testperson Kalischewski bekam schreckliche Kopfschmerzen, und seine Ohren leuchteten „so rot wie Pufflampen“. Und Hartwich sagt, dass Mann schon sexuell stimuliert sein müsse, „sonst läuft gar nischt“, das sei wie bei einem Auto mit defektem Zündkabel, da springe auch nichts über.

So bewirken die neuen Sexpillen längst nicht für jeden der rund sechs Millionen impotenten Deutschen Wunder. Wenn die Sperre im Kopf die Lust blockiert, ist auch die Chemie machtlos. Die sechs Männer, die im „Zentrum für Repotenz“ des thüringischen Bad Liebenstein auf Hilfe hoffen, wissen das aus eigenem Erleben. Ihre mangelhafte Standfestigkeit im Intimbereich macht ihnen schwer zu schaffen. „Als ich zum ersten Mal keine Erektion bekam, habe ich mich geschämt, bitterlich geschämt“, sagt ein gut

trainierter Mann aus Hessen, „danach habe ich dann Kopfschmerzen vorgetäuscht, ich habe mich vor dem Sex gedrückt und gelogen, dass ich am nächsten Tag hart arbeiten müsste.“

Nun ist der Hesse einer der ersten Absolventen des in Deutschland einmaligen Therapiekurses: „Lass die Lust wieder leben – in sechs Schritten zurück zur Potenz“.

Interessenten müssen als Erstes einen medizinischen Check und ein Diagnostikprogramm durchlaufen, um organische Ursachen auszuschließen. Danach folgt der Schwerpunkt des „multidisziplinären Behandlungskonzeptes“: die Gesprächsrunden „Unter Männern“, in denen Hartwich und sein Team psychosomatische Probleme erörtern und technische Erektionshilfen vorführen. Begleitend gibt es Seminare für die Wiedergewinnung von Lust und Erotik – und täglich Gymnastik, um die notwendige körperliche Fitness zu erlangen.

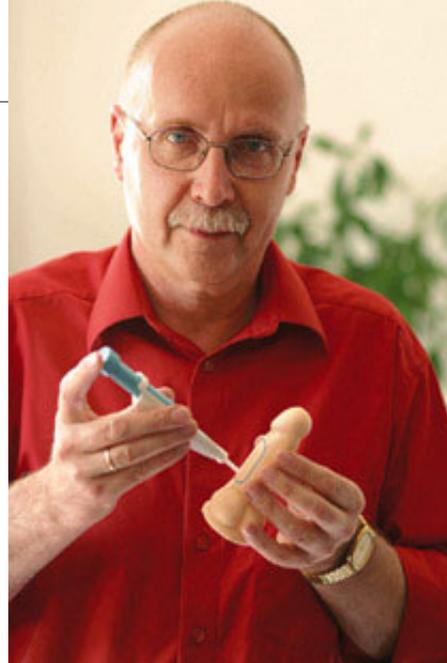
Drei Kurse hat Hartwich bereits geleitet. Noch gibt es keine Erfolgsbilanz, doch der Arzt schwört auf seine Methode. „Wer es wirklich schaffen will“, sagt der Doktor, „der wird hier wieder potent.“

Dazu müsse nach seiner Theorie vor allem der Teufelskreis, der in die Lendenkrise führt, durchbrochen werden. Meistens beginne das Elend mit einer „temporären Potenzschwäche“, sagt Hartwich. Das Versagen verunsichere: Beim nächsten Mal nehme sich der Liebhaber vor, es der Partnerin ordentlich zu zeigen – und mit diesem Bild maskuliner Phantasie sei die nächste „Stufe der Kaskade“ erreicht. Der Mann setze sich derartig unter Druck, dass daraus eine ausgewachsene Versagensangst entstehe. Bald gehe gar nichts mehr.

Alle, die hierher kommen, haben deshalb einen „gewaltigen Leidensdruck“, sagt Hartwich. Er kennt sich aus mit der Manneskraft. Schon zur DDR-Zeit forschte der Chefarzt beim VEB Jenapharm über männliche Hormone. Damals hatte er noch andere Ziele. Durch die Dopingmittel, an denen er arbeitete, sollten die Sportler der DDR zu Siegern gemacht werden.



SPiegel-Titel 11/1993



Impotenz-Fachmann Hartwich  
„Lass die Lust wieder leben“



Erotik-Expertin Fleischer  
„Wunderbar sexuell anregend“

Nach der Wende wechselte der Arzt in den Bereich Rehabilitation. Dabei fiel ihm auf, dass sich Mediziner um alle Facetten der körperlichen Wiederherstellung kümmern, nur nicht um das gestörte Sexualleben der Männer. Er befasste sich mit Sexualtherapie, stülpte, wie er sagt, einen „psychosomatischen Überbau“ über die Methoden und schuf auf diese Weise sein „Repotenz-Programm“.

1000 Euro müssen die Teilnehmer für die sechs Tage in Bad Liebenstein zahlen. Dafür sprechen sie schon am zweiten Tag so frei über Lust und Last ihres Sexuallebens wie nie zuvor. Ein Mann, dessen Ehefrau gestorben ist, bekennt, wie er sich danach sehnt, mit seiner neuen Freundin zu schlafen. Sein Glied versteife sich auch, aber er könne „die Spannung einfach nicht halten“. Ein anderer, gerade Mitte 30, schil-



ULI WIESMEIER / LOOK

**Liebespaar:** Ein Teufelskreis, der in die Lendenkrise führt

dert, wie er Sex mit seiner Freundin habe, „mit ihr kuschle und sie streichle“, sich aber dann, wenn er auf seine Kosten kommen wolle, „nichts mehr regt“.

Joseph aus Kassel läuft seit vier Jahren von Urologe zu Urologe, keiner konnte ihm helfen. Die Klinik im Thüringischen ist „der letzte Strohalm“ für ihn.

Der 55-Jährige war in seinem Leben immer sehr aktiv, hat in einer Autofabrik gearbeitet, zwei Kinder gezeugt und drei Häuser gebaut. Er hat sich scheiden lassen und neu verliebt. Doch dann verabschiedete sich sein Unterleib in den Ruhestand: „Mein Penis steht kurz und fällt zusammen, bevor es richtig losgeht.“ Er habe in seinem Leben immer gekämpft, jetzt erlebe er das erste Mal, was Ohnmacht bedeute. Manchmal fragt er sich, ob seine „Impotenz eine Strafe Gottes für die Scheidung“ sei.

Solche Fälle von Restpotenz sind für Männer besonders demütigend. Erst quälen sie sich mühsam hoch – doch dann fällt die wackelige Pracht zusammen wie ein Hefeteig. Und mit dem Glied schrumpelt das Selbstbewusstsein.

Die Erektion, weiß Hartwich, ist ein „kompliziertes, multifaktorielles Geschehen“. Um sexuell erregt zu sein, müssen Augen, Ohren, die Nase oder die Haut ein Signal bekommen, das im Gehirn einen Impuls auslöst. Über die Nerven des Rückenmarks gelangt die Botschaft in das Becken und entfacht dort für gewöhnlich ein Feuerwerk. Der Körper setzt Stickstoffmonoxid frei, das wiederum das Enzym Guanylatcyclase aktiviert und die Synthese des Botenstoffs cGMP katalysiert.

Dieses cGMP leistet die wichtige Aufbauarbeit: Es sorgt dafür, dass sich die glatte Muskulatur des Schwellkörpers im Penis

entspannt und Arterien sich ausdehnen. Blut kann vermehrt einströmen, das Glied ersteift. Durch den großen Druck und das Volumen in den schwammähnlichen Schwellkörpern kann das venöse Blut nur schwer abfließen: die Erektion ist komplett.

Um diesen Ablauf in Gang zu bringen, müssen die Sinnesblockaden gelöst werden. Etwa im Seminar „Liebe geht auch durch den Magen“, in dem die Abstumpfung des Gehirns gegenüber sexuellen Reizen behoben und die Erotik in den Alltag zurückgeholt werden soll. Dazu legt Hartwichts Kollegin Spargel, Möhren, Rettich und Bananen auf den Tisch, drapiert wächserne Rosen auf roten Samt. „Ich möchte Sie mit auf eine erotische Reise nehmen“, sagt Renate Fleischer. Und sie schwärmt von der aphrodisierenden Wirkung der Muschel, referiert über die Tomate „als Liebesapfel“. „Es ist wunderbar sexuell anregend, sich gegenseitig mit Artischocken zu füttern“, lernen die Teilnehmer, und: „Legen Sie Rosenblätter in Ihrer Wohnung aus, zünden Sie Kerzen an, füttern Sie sich gegenseitig mit Erdbeeren, trinken Sie Sekt, und ich garantiere: Der Abend wird laufen.“

Manch einem Patienten, dem im Alltagstrott die Lust abhanden kam, ist mit solchen Übungen zur Sinnschärfung durchaus zu helfen. Dramatisch wird es erst, wenn aus der kurzzeitigen Schwäche ein Dauerzustand wird, eine „Chronifizierung“ (Hartwich) eintritt.

Beispiel: René aus Zürich, 37 Jahre alt, seit fünf Jahren impotent. Seine Schwellschwäche begann, als er vor acht Jahren mit einer Frau schlafen und sich ein Kondom überstreifen wollte. Es ging gar nichts. Als seine Partnerin daraufhin die Pille nahm, wollte René die Scharte wieder auswetzen. Doch der Penis erectus schwächelte erneut. René machte sich arge Vorwürfe, seine Beziehung scheiterte, sein Mönchsleben begann.

Bis er vom Kurs in Bad Liebenstein hörte. Nun liegt er auf einer grünen Matte in der Gymnastikhalle. „Training für den Penis“ steht auf dem Programm. Die Männer lassen ihr Becken kreisen und spannen die Unterleibsmuskeln an. Besonders auf einen zielen die Übungen ab: den Potenzmuskel. Der Potenzmuskel liegt zwischen Hoden und Anus, er verankert den Penis am Körper und produziert den Druck, der Blut ins Glied schießen lässt und den Rückfluss verhindert.

Die Männer lernen, den Muskel überall zu trainieren, im Büro, an der Bushaltestelle, wo immer sie sich aufhalten. Nach drei Monaten, verspricht der Physiotherapeut Sylvio Thieme, sei der abgeschlaffteste Muskel topfit.

Tatsächlich fühlt sich Kliff aus Kassel nach sechs Tagen in Bad Liebenstein wieder „toll im Beckenbereich“. Ein erster Test, berichtete er zufrieden, sei überaus erfolgreich verlaufen. UDO LUDWIG