



### Wir unterstützen Sie gerne!

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit diesem Falblatt hilfreiche Informationen geben konnten.

Das hedy-Team und Ihr Arzt sind da, um Ihnen zu helfen.

## Informationen zu Herzschwäche bei Männern

### Unser Tipp:

Bestellen Sie in keinem Fall selbstständig Medikamente im Internet!

Besprechen Sie sich mit Ihrem Arzt, er kann Sie bei Erektionsstörungen beraten und Ihnen bei Bedarf die richtigen verordnen.

Für Patienten, bei denen eine Behandlung mit PDE5-Hemmern nicht möglich ist, gibt es auch Alternativen, z.B.:

- › Schwellkörper-Autoinjektions-Therapie (SKAT)
- › Mechanische Erektionshilfen

### Kontaktieren Sie uns:

per Telefon:  
+49 (0) 89 / 444 889 100

E-Mail: [info@hcsbg.de](mailto:info@hcsbg.de)  
[www.hedy.de](http://www.hedy.de)



Viele Menschen mit Herzerkrankungen oder ihre Partner fragen sich, ob sexuelle Aktivität wegen des schwachen Herzens schädlich für die Gesundheit ist.



### 3 häufige Fragen:

„Darf ich trotz meiner Herzschwäche sexuell aktiv sein?“

Solange Sie zu leichten körperlichen Aktivitäten in der Lage sind, brauchen Sie aus medizinischer Sicht Ihr Sexualleben nicht einzuschränken.

„Beeinflussen die Medikamente meine Sexualität?“

Ja, die Medikamente zur Behandlung der Herzschwäche können sowohl den sexuellen Antrieb als auch die Sexualfunktion beeinträchtigen.

„Wie beeinflussen seelische Faktoren meine Sexualität?“

Seelische Probleme wie depressive Verstimmung oder Schlafstörungen können zu einem Verlust an sexuellem Verlangen führen. Wenn Sie oder Ihr/e Partner/in darunter leiden, dass Sie oder Ihr/e Partner/in Ihre sexuellen Aktivitäten eingestellt oder deutlich verringert haben, kann es hilfreich sein, professionelle Beratung zu suchen und dabei auch den Partner mit einzubeziehen.

In diesem Informationsblatt erfahren Sie,

- › Wann Sie bedenkenlos sexuell aktiv sein können und
- › mehr über sexuelle Funktionsstörungen und ihre Behandlung.

### Kann ich trotz Herzschwäche sexuell aktiv sein?

Solange Sie zu leichten körperlichen Aktivitäten in der Lage sind, brauchen Sie aus medizinischer Sicht Ihr Sexualleben nicht einzuschränken. Wenn Sie problemlos Treppen steigen oder Hausarbeiten verrichten können, ist auch Sex für Sie in der Regel unbedenklich.

Wenn Sie diese körperlichen Aktivitäten abbrechen müssen, weil Beschwerden auftreten (Atemnot, Schwindel oder Druckgefühl im Brustkorb), sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt darüber.

In einer stabilen Partnerschaft kann gelernt werden, zu erspüren, wann sich der Partner überanstrengen könnte. Manchmal sind dann nur körperliche Nähe und Vertrautheit möglich.

### Sexuelle Funktionsstörungen beim Mann

Bis zu 40 % der Männer mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden an Erektionsstörungen. Viele empfinden dies als große Belastung.

### Wie entsteht eine Erektion?

„Erectio“ ist lateinisch und bedeutet Aufrichtung. Die Aufrichtung des Penis geschieht durch Schwellkörper. Dies sind spezielle Blutgefäße, die aus vielen Kammern bestehen. Bei einer Erektion kommt es zu vermehrtem Blutzufluss in diese Schwellkörper, wobei gleichzeitig der Blutabfluss aus den Schwellkörpern gehemmt wird. Sie vergrößern sich und der Penis richtet sich auf.

### Was sind mögliche Ursachen für sexuelle Funktionsstörungen?

Erektionsstörungen können körperliche oder seelische Ursachen haben. Viele Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden an **Durchblutungsstörungen** – auch an den Blutgefäßen des Penis. Durch den verminderten Blutzufluss kann dann keine Erektion zustande kommen. Risikofaktoren sind: hohe Blutfette, Diabetes, Bluthochdruck, Übergewicht und Rauchen.

Aber auch **seelische Faktoren** wie Ängstlichkeit und Depressionen können eine wichtige Rolle bei Erektionsstörungen spielen.

**Betablocker** sind ein wichtiger Bestandteil der Behandlung einer Herzschwäche. Sie können gelegentlich auch Erektionsstörungen verursachen. Wenn dies bei Ihnen der Fall ist, sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Setzen Sie jedoch niemals selbstständig die Medikamente plötzlich ab! Gerade bei **Betablockern** kann dies zu Gegenreaktionen im Körper führen.

### Behandlung mit Medikamenten

Seit einigen Jahren gibt es Medikamente, die eine Erektionsstörung meist beseitigen können: die sogenannten **PDE5-Hemmer** (Wirkstoffe sind z.B. Sildenafil, Vardenafil, Avanafil, Tadalafil). Diese führen im gesamten Kreislauf zu einer Weitstellung der Blutgefäße (Arterien), so auch am Penis.

Der Einsatz dieser Medikamente gilt bei stabilen Herzerkrankungen als ungefährlich. Aber zu möglichen Nebenwirkungen gehört ein plötzlicher Abfall des Blutdrucks.

### Vorsicht ist geboten:

- › Bei Erkrankungen der **Herzklappen** (v.a. einer Verengung der Aortenklappe) und hypertrophisch obstruktiven Herzerkrankungen (HOCM)
- › Bei Patienten, die **Nitratpräparate** wegen einer KHK (koronaren Herzkrankheit) einnehmen. Umgekehrt dürfen bis zu 24 Stunden nach Einnahme eines PDE5-Hemmers keine Nitratpräparate eingesetzt werden.
- › **Naturheilmittel** zur Behandlung der erektilen Schwäche enthalten Wirkstoffe, deren Wirkung ähnlich die der PDE5-Hemmer ist, z.B. Yohimbin. In Naturheilmitteln sind sie meist mit anderen Wirkstoffen kombiniert, sodass die Folge auf das Herz-Kreislauf-System unberechenbar ist. Schädliche Auswirkungen wurden wiederholt beobachtet.

