

GETTY



Die Vasektomie hat keinen Einfluss auf das sexuelle Erleben.

Ein kleiner Schnitt für die Menschheit

Um sicher zu verhüten, lassen sich Männer immer häufiger unterbinden. Wichtig ist, dass sie es nicht nur der Partnerin zuliebe machen. **Von Adrian Ritter**

Nach zwei Kindern war für Tobias Grob (Name geändert) die Sache klar. Seine Ehefrau und er wünschten sich keinen weiteren Nachwuchs. Da sie die Pille nicht mehr nehmen wollte, verwendeten sie fortan Kondome. Allerdings nicht mehr lange, 43-jährig entschied sich Tobias Grob für eine Vasektomie - auch Unterbindung genannt. Der ambulante Eingriff mit lokaler Betäubung dauert etwa eine halbe Stunde. Dabei wird bei beiden Samenleitern ein rund zwei Zentimeter langes Stück herausgeschnitten und die Samenleiterenden werden verschlossen. So gelangen keine Spermien mehr ins Ejakulat. Entsprechend gilt die Vasektomie als sicherste Verhütungsmethode für den Mann. Rund 5000 Männer lassen sich jährlich in der Schweiz unterbinden, schätzt Thomas Luginbühl, Urologe am Spital Uster. An aktuellen Statistiken mangelt es. Luginbühl vermutet, dass Vasektomien in den letzten Jahrzehnten leicht zugenommen haben: «Einerseits wird die Pille bei Frauen unbeliebter. Andererseits wollen Männer vermehrt ihren Teil zur Verhütung beitragen.» Typischerweise sind es Männer zwischen 30 und 50 Jahren, die zu ihm in die Praxis kommen. Männer, die sich schon länger Gedanken gemacht haben und meist klar wissen, dass sie den Eingriff wollen.

Widerlegte Mythen

Diese Erfahrung macht auch Jens Mundhenk, Urologe in der Gemeinschaftspraxis Urologik in Luzern: «Mehr als 90 Prozent der Männer, die sich über eine Vasektomie informieren kommen, sind in einer festen Beziehung und haben die Familienplanung abgeschlossen.» Die Fragen, mit denen sie in die Praxis kommen, zeigen allerdings, dass immer noch gewisse Mythen rund um die Unterbindung kursieren: Ist das sexuelle Verlangen nachher kleiner? Werde ich Erektionsprobleme haben oder beim Orgasmus weniger spüren? Die Antwort auf all diese Fragen: Nein. Die Vasektomie hat keinen Einfluss auf das sexuelle Erleben. Auch der

männliche Hormonhaushalt verändert sich durch die Unterbindung nicht. In den Hoden werden weiterhin Spermien produziert - diese werden aber vom Körper abgebaut.

Die Risiken und Nebenwirkungen einer Vasektomie seien sehr gering, sagen Luginbühl und Mundhenk übereinstimmend. Die Wundheilung nach dem Eingriff dauere normalerweise zwei bis drei Wochen. In sehr seltenen Fällen könne es zu einer Infektion, einer schweren Nachblutung oder chronischen Schmerzen an der Operationsstelle kommen. «In den allermeisten Fällen aber ist die Zufriedenheit mit dem Eingriff sehr hoch», sagt Luginbühl.

Dabei ist vor allem eine gute Beratung vor dem Eingriff wichtig. «Der Mann muss sich bewusst sein, dass es sich grundsätzlich um einen definitiven Eingriff handelt», so Mundhenk. Wer es sich später anders überlege, könne zwar operativ die Unterbindung rückgängig machen lassen - allerdings ohne Garantie, dass es funktioniert.

Umgekehrt ist der Mann nicht sofort nach einer Vasektomie zeugungsunfähig. Anderweitige Verhütung ist angesagt, bis Nachkontrollen bestätigen, dass sich keine Spermien mehr im Ejakulat befinden. Das kann einige Wochen oder Monate dauern. Was in Zeiten steigender Zahlen von sexuell übertragbaren Krankheiten nicht vergessen werden darf: «Auch wenn eine zusätzliche Verhütung nach der Vasektomie nicht mehr nötig ist, gilt es, sich in sexuell unsicheren Situationen mit Kondom zu schützen», so Mundhenk.

Die Unterbindung ist neben körperlichen auch mit psychischen Aspekten verbunden. Der Urologe Luginbühl hat sich in seiner Weiterbildung zum Sexologen - zum Berater

Nicht zu unterschätzen ist auch, dass der Mann bei einer Unterbindung unweigerlich mit dem eigenen Altern konfrontiert wird.

Zahlen zur Vasektomie

5000

Etwa so viele Männer lassen sich jährlich in der Schweiz unterbinden.

10%

der betroffenen Männer wünschen zu einem späteren Zeitpunkt eine Wiedervereinigung der Samenleiter. Der häufigste Grund ist eine neue Partnerschaft.

zu Fragen der sexuellen Gesundheit - damit beschäftigt, welchen Einfluss die Unterbindung auf das sexuelle Selbstverständnis des Mannes hat. In der Sexologie werden dem Mann zwei geschlechtsspezifische Potenzen zugeschrieben - die Zeugungsfähigkeit und die Beischlafbarkeit. Diesbezüglich stellt Luginbühl kulturelle Unterschiede fest: Fast nur Schweizer beziehungsweise Männer aus dem mittel- und westeuropäischen Raum unterziehen sich einer Unterbindung. «In patriarchalen, vom Mann geprägten Kulturen wird die Methode praktisch nicht angewandt. Das Selbstverständnis als Mann ist dort zu eng mit der Zeugungsfähigkeit verbunden», sagt Luginbühl: «Eine Vasektomie wird als «Entmannung» betrachtet.»

Nicht gleich ins Büro

In der westlichen Kultur komme nach der Phase der Familienplanung der Zeugungsfähigkeit keine so grosse Bedeutung mehr zu. Trotzdem empfiehlt Luginbühl, den Abschied davon bewusst zu vollziehen. So rät er zum Beispiel, nach dem Eingriff nicht sofort zur Arbeit zu eilen, sondern es ruhig anzugehen, etwa bei einem Gespräch mit einem Freund oder der Partnerin. «Nicht zu unterschätzen ist auch, dass der Mann bei einer Unterbindung unweigerlich mit dem eigenen Altern und der Vergänglichkeit des Körpers konfrontiert wird», so Luginbühl.

Auch solche Aspekte gehören zur Beratung vor dem Eingriff. Am wichtigsten aber sei, dass ein Mann sich nicht zu einer Unterbindung gedrängt fühle und den Eingriff nur der Partnerin zuliebe mache. «Es muss letztlich sein Entscheid sein», so Luginbühl. Sein bildliches Motto: «Nicht ich als Urologe will den Mann in den Operationsaal ziehen, sondern er muss mich überzeugt dorthin ziehen.» Entsprechend warnen Luginbühl und Mundhenk in ihren Beratungen vor Vasektomien in Ausnahmesituationen wie nach einer Trennung. Der Schritt zum Schnitt will wohlüberlegt sein. Tobias Grob hat den Eingriff nie bereut. Die Wundheilung dauerte bei ihm zwar mehrere Monate. Aber heute genießt er die unkompliziertere Sexualität.

Schwacher Athlet



Diagnose Andrea Six

Gestern noch hat der Bodybuilder mit seinen gestählten Muskeln an einem Wettkampf teilgenommen. Heute sieht alles ganz anders aus: Seine Beine mögen ihn kaum tragen, und die Schultern schmerzen. Die gespenstige Schwäche treibt den 23-Jährigen ins Spital.

Und tatsächlich absolviert der muskulöse Mann die medizinischen Tests mit einer verwunderlichen Kraftlosigkeit. Den Ärztinnen fällt zudem ein Blutwert auf, der ungewöhnlich niedrig ist: Der junge Mann hat einen deutlichen Kaliummangel.

Da der Mineralstoff für Stoffwechsellvorgänge unentbehrlich ist, sollte der Patient täglich mehrere Gramm Kalium zu sich nehmen, wissen die Medizinerinnen. Doch der Bodybuilder beteuert, er achte auf eine kaliumreiche Ernährung, zu der beispielsweise Bananen und Kartoffeln gehören können. Nachdem ihn vor einem halben Jahr bereits eine derartige Attacke nach einem Sportanlass erwischt hatte, esse er genügend Kalium. Und vor einem Wettkampf plane er immer Mahlzeiten mit vielen Kohlenhydraten ein, weil er so seine Leistung steigern wolle.

Die Ärztinnen werden hellhörig, als sie von den wiederholten Schwächeanfällen und dem Ernährungsplan erfahren. Der 23-Jährige trägt vermutlich eine Veränderung des Erbguts, die eine sogenannte periodische hypokaliämische Lähmung hervorruft. Hierbei ist der Kaliumhaushalt im Körper gestört. Die Erkrankung macht sich bei ihm mit Muskelschwäche bemerkbar, sobald er eine übermässige Kohlenhydratzufuhr mit der hohen Muskelbelastung des Wettkampfs kombiniert.

Die Behandlung umfasst den Ersatz der fehlenden Mineralien und passende Medikamente. Die Medizinerinnen geben Empfehlungen ab, die der 23-Jährige allerdings kaum gerne hört: Die Muskeln soll er künftig nur leicht belasten und kohlenhydratreiche Kost meiden.

Quelle: «Swiss Medical Forum», 2023, Bd. 42, S. 1376.

News

Gewichtszunahme nach Absetzen der Abnehmspritze

Mit dem Wirkstoff Tirzepatid können Übergewichtige innert Kürze an Gewicht verlieren. Wird die Arznei abgesetzt, kehren die Pfunde allerdings wieder zurück. 670 Patienten wurden 36 Wochen lang therapiert, danach erhielt die Hälfte ein Placebo. Diese Personen nahmen in den Wochen darauf wieder an Gewicht zu. Hochrechnungen besagen, dass sie etwa zwei Jahre nach Absetzen der Arznei wieder ihr Ausgangsgewicht erreichen werden («Jama»). Einen ähnlichen Rebound-Effekt hatte man schon bei der Vorläufersubstanz Semaglutid, auch als Wegovy bekannt, beobachtet. Das deutet darauf hin, dass die «Wunderspritzen» lebenslang genutzt werden müssen. (tu.)

