

Unser Demenzlexikon

Hier möchten wir Ihnen Begriffe rund um das Thema Demenz erläutern. Diesmal geht es um den Buchstaben S.

S_{wie} Sexualität und Demenz

Wie eine Demenz das sexuelle Verhalten beeinflusst

Sexualität gehört zur Persönlichkeit eines jeden Menschen, mit oder ohne Demenz. Und mit Sexualität sind nicht nur konkret sexuelle Handlungen wie Geschlechtsverkehr oder Selbstbefriedigung gemeint, sondern es geht um Liebe, Zuneigung, Sinnlichkeit, Zärtlichkeit, Berührung und Vertrauen.

Menschen mit Demenz fallen oft auf, weil sie sich nicht mehr an den üblichen gesellschaftlichen Regeln orientieren können. Das gilt unter Umständen auch für ihr sexuelles Verhalten: Manche äußern ihre sexuellen Wünsche sehr direkt, auch gegenüber Personen, die nicht Partnerin oder Partner sind.

Dieses Verhalten hat seine Ursachen in der Schädigung der Hirnregionen. Denn das Gehirn ist das Kontrollzentrum für Gefühle und Verhalten, und es »produziert« sexuelle Fantasien – deshalb wird es häufig als unser wichtigstes Sexualorgan bezeichnet. Wird das Gehirn durch eine Demenz geschädigt, können die Kontrollmechanismen für sexuelles Verhalten versagen. Dies ist insbesondere bei der Frontotemporalen Demenz der Fall. Es



kommt bei den Erkrankten häufig zu enthemmten und impulsiven Reaktionen. Die Einsicht in und Kenntnis von sozialen Regeln (auch im sexuellen Umgang) gehen verloren. Die Betroffenen haben kein Bewusstsein darüber, dass sie anderen damit zu nahe treten, ihnen wehtun können und Grenzen überschreiten.

Die folgenden Beispiele sollen mögliche krankheitsbedingte Verhaltensänderungen anschaulich machen:

- Menschen mit Demenz haben frühzeitig Schwierigkeiten, die Aussagen anderer zu erfassen, vor allem, wenn sie sich auf die Zukunft beziehen. Daher kann schon der beiläufig dahin gesagte Satz »Zeit fürs Bett« völlig falsch aufgefasst werden – nämlich als konkrete Einladung zum Sex.
- Menschen mit Demenz können sich nicht mehr gut mitteilen und ihre Gefühle ausdrücken. Das führt dazu, dass sie sich entweder sehr direkt äußern oder gar keine Worte finden. Das macht es schwerer, sexuelle Kontakte anzubahnen und zu leben. So kann es vorkommen, dass sie eine für sie attraktive Person unaufgefordert und unangemessen anfassen.

- Menschen mit Demenz verlieren die Orientierung in der Zeit. Ein Ton, ein Geruch oder ein Bild kann eine Erinnerung auslösen. Der Mensch erlebt diese innere Vergangenheit als gegenwärtig und verwechselt dann vielleicht die junge Pflegerin mit der Ehefrau in jungen Jahren. Auch beim Blick in den Spiegel erkennen sich Menschen mit Demenz oft nicht.

Sie erleben sich jünger als sie sind.

- Menschen mit Demenz finden sich in ihrer Umgebung schlecht zurecht.

In der stationären Einrichtung können sie, auf der Suche nach dem eigenen Bett, daher in einem fremden Zimmer oder Bett landen. Sie verlieren die Fähigkeit zu unterscheiden, was Privatsphäre und was öffentlicher Raum ist. Deshalb kann es passieren, dass sie sich vor den Augen von Angehörigen und Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern selbst befriedigen.

Die Lust am Sex – und das Recht auf Sex

Sexualität trägt zum Wohlbefinden bei und kann das Selbstwertgefühl und die Lebensqualität – gerade bei Menschen mit Demenz – steigern. Sexualität und der Ausdruck der eigenen sexuellen Identität sind ein grundlegendes menschliches Recht – und das gilt auch für Menschen, die nicht mehr selbständig für sich sorgen können. Damit verbunden ist das sexuelle Selbstbestimmungsrecht: Eine Person hat das Recht zu entscheiden, ob und mit wem sie Sex haben möchte.

Fortsetzung*Unser Demenzlexikon:**S wie Sexualität und Demenz*

Auch wenn bei Menschen mit Demenz viele Fähigkeiten verloren gehen und ihre Persönlichkeit verändert scheint, werden sie dadurch nicht zu geschlechtslosen Wesen. Sie sind und bleiben Frauen und Männer mit unterschiedlichen Prägungen, mit individuellen Lebenswegen und sexuellen Erfahrungen.

Das sollten Angehörige und Pflegekräfte ernst nehmen – auch wenn bei pflegerischen Handlungen Scham, Angst, Wut oder Ekel auftreten können, wenn Menschen mit Demenz ihre sexuelle Erregung zeigen. Für erwachsene Kinder ist es oft schwer, sich die eigenen Eltern als sexuell aktive Wesen vorzustellen. Zudem bedeutet körperliche Pflege immer auch, in sehr intime Bereiche vorzudringen. Es kann daher vorkommen, dass es zu sexuellen Angeboten kommt. Wichtig ist, dies nicht persönlich zu nehmen, sondern als Ausdruck der Krankheit zu begreifen.

Wie eine Demenz die Partnerschaft verändern kann

Bei einer Demenz verändert sich nicht nur der Alltag eines Paares radikal, sondern auch die Partnerschaft. Den Paaren, die sich dieser Herausforderung bewusst stellen, gelingt es oft leichter, die Partnerschaft lebendig zu halten.

Abhängigkeit und Ungleichgewicht

Wahrnehmungsstörungen verunsichern einen Menschen mit Demenz sehr. Viele klammern sich Halt suchend an die Partnerin oder den Partner. Der kranke Mensch wird im Verlaufe der Krankheit



immer stärker abhängig. Er braucht Menschen, die ihm Geborgenheit und Sicherheit geben.

Dies kann zu Frustration und Aggression bei den gesunden Partnern führen.

Sexualität tritt dann oft in den Hintergrund. Einerseits könnte sie helfen, ein Stück der alten Partnerschaft zu erhalten und – auch ohne Worte – Nähe herzustellen. Andererseits kann es schwierig sein, eine gemeinsame Sexualität zu leben, wenn die erkrankungsbedingten Veränderungen die Beziehung so beeinträchtigen. Hinzu kommen Anspannung und Belastung bei der pflegenden Person, so dass Lust und Leidenschaft aufgrund der angestregten Lebenssituation oft keinen Platz mehr haben.

Vermindertes Interesse an Sex

Einige Menschen mit Demenz verlieren das Interesse an Sex und einige legen unter dem Fortschreiten der Krankheit ihre sexuellen Gewohnheiten aus der Partnerschaft ab. Dazu kommt, dass sich viele Erkrankte vom Leben unter Demenz oft sehr erschöpft fühlen.

Im Vorteil dürften hier Paare sein, die die Krankheit schon in der Anfangsphase erkannt und ak-



zeptiert haben: Sie können früh planen und sich über sexuelle Bedürfnisse austauschen. Aber selbst, wenn Sex an Bedeutung verlieren sollte, bleibt der Wunsch nach körperlicher Nähe bei den meisten Menschen mit Demenz erhalten. Auch Flirten ist etwas, das Menschen mit Demenz häufig gern tun.

Gesteigertes Interesse an Sex

Manche Menschen mit Demenz, vor allem Menschen mit einer Frontotemporalen Demenz, entwickeln ein gesteigertes Interesse an Sex. Das kann so weit gehen, dass sie den Sex schon vergessen haben, kaum, dass er vorbei ist – und sie erneut danach verlangen. Manchmal lässt sich auf Zärtlichkeit wie Streicheln ausweichen. Das kann aber auch missverstanden werden und das Gegenteil bewirken. Versuche, das Verlangen umzulenken, gelingen möglicherweise eher, zum Beispiel durch Spazieren gehen, Eis-Essen gehen oder andere Aktivitäten. Unter Umständen kann ein Wegfall anerzogener Hemmungen für einige Paare auch ein freieres und abenteuerlicheres Sexualleben mit sich bringen.

Wenn Grenzen nicht akzeptiert werden

Es kommt vor, dass Menschen mit Demenz nicht verstehen, dass ihr Gegenüber die sexuelle Handlung nicht möchte. Der Sex oder die sexuelle Handlung wird nachdrücklich und grenzverletzend – auch zum Beispiel mit Gewalt – eingefordert.

Für Angehörige stellt dies eine besonders schwierige Situation dar. Sie versuchen, diese Forderungen zu ignorieren oder empört zurückzuweisen. Das verschärft häufig den Konflikt, denn eine Zurückweisung können Menschen mit Demenz miss-

verstehen. Sie geraten in Panik und finden nur durch behutsames und verständnisvolles Verhalten des Gegenübers wieder hinaus.

Jedoch: Niemand – auch kein Partner, keine Partnerin erkrankter Menschen – muss sexuelle Übergriffe akzeptieren oder aushalten. Angehörige sollten sich deshalb direkt Unterstützung und Rat von außen, durch spezialisierte Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen oder möglicherweise die auf Demenz spezialisierte Ärztin oder den Arzt holen, um Lösungsansätze zu besprechen. Manchmal kann eine verstärkte Animation zur Selbstbefriedigung helfen, manchmal kann der Einsatz einer Sexualbegleitung der richtige Weg sein.

Für Angehörige ist sexuell herausforderndes Verhalten sehr belastend. Sie sollten daher nach Entlastung suchen. Beispielsweise könnte der oder die Erkrankte stundenweise in eine Tagespflege gehen. Eine Kurzzeitpflege kann für ein paar Wochen eine Atempause verschaffen.

Wenn es keine andere Möglichkeit im Umgang gibt, kann gemeinsam mit der Ärztin oder dem Arzt über eine Medikamentengabe nachgedacht werden. Der Einsatz von Medikamenten sollte jedoch sehr sorgfältig geprüft werden und nur in Ausnahmefällen erfolgen, da Neuroleptika in der Regel starke Nebenwirkungen haben. Übrigens wird manchmal sexuell herausforderndes Verhalten überhaupt erst durch Medikamente ausgelöst, zum Beispiel durch Medikamente gegen Parkinson. Im Zweifelsfall sollten Ärztinnen und Ärzte dies überprüfen.

Fortsetzung

Unser Demenzlexikon:

S wie Sexualität und Demenz

Sexuell herausforderndes Verhalten kommt bei Menschen mit Demenz insgesamt eher selten vor und häufig tritt es phasenweise auf.

Sexuelle Wünsche der pflegenden Partnerin/ des pflegenden Partners

Dürfen Angehörige auch eigene sexuelle Wünsche haben? Ja, sie dürfen! Fast alle Partnerinnen bzw. Partner von Menschen mit Demenz kennen Schuldgefühle. Entweder, weil sie das Gefühl haben, den sexuellen Bedürfnissen der Partnerin oder des Partners nicht mehr gerecht werden zu können, oder weil sie an sich eigene sexuelle Wünsche wahrnehmen, die sie nicht in Einklang bringen können mit ihrer aktuellen Lebenssituation.

Was, wenn sich das Interesse an Sex auf Dritte richtet? Und wie steht es um Sex mit dem Menschen mit Demenz? Ist das nicht Missbrauch – vor allem, wenn er oder sie mich nicht mehr erkennt?

Das mögen Fragen sein, die sich Angehörige stellen können. Auf diese Fragen gibt es keine pauschalen Antworten, denn jedes Paar, jeder Krankheitsverlauf ist unterschiedlich. Hilfreich ist es, im Austausch mit anderen – beispielsweise in einer Selbsthilfegruppe oder Beratungsstelle – diese Gedanken und Gefühle zu besprechen, und im besten Falle einen für alle tragbaren Weg zu finden.

Dieser Text ist ein Auszug aus der Broschüre *Sexualität und Demenz* von pro familia in Kooperation mit der Deutschen Alzheimer Gesellschaft.

Kostenlose Bestellung oder Download:

- www.profamilia.de → [Themen](#)
→ Sexualität und älter werden → Sexualität und Demenz

Wir danken pro familia für die Genehmigung, diesen Textauszug abdrucken zu dürfen.