



Gabriela Kirschbaum

Praxis für Sexualtherapie und Paarberatung

Informationen zu sexuellen Problemen

Schmerzen beim Geschlechtsverkehr

Schmerzen können organischer oder psychischer Natur sein. Oft hängt beides miteinander zusammen.

Keine Lust auf Geschlechtsverkehr! Viele Frauen willigen in Geschlechtsverkehr ein, obwohl sie eigentlich keine Lust haben. Sie wollen den Partner nicht enttäuschen. Noch heute gilt „Sex gleich Geschlechtsverkehr“. Frauen, die Schmerzen beim Geschlechtsverkehr haben, fühlen sich darum (manchmal) nicht als „richtige Frau“. Die geringe Lust führt häufig zu Schmerzen beim Koitus. (Fehlende Feuchtigkeit, Verkrampfung des Beckenbodens)

Schwierige Beziehung. Der Genuss beim Geschlechtsverkehr hängt bei vielen Frauen mit dem Wohlergehen in der Beziehung zusammen. Ist diese Voraussetzung nicht gegeben, bleibt die Lust aus.

Schlechte Erfahrungen. Negative sexuelle Erfahrungen, ein Besuch bei einem uneinfühlsamen Gynäkologen und vieles mehr können über lange Zeit hinweg die Voraussetzung für eine entspannte Sexualität stören und beim Geschlechtsverkehr zu Schmerzen führen.

Zu schnell. Viele Frauen mögen ein langsames, einfühlsames Vorgehen mit einem liebevollen, sinnlichen Partner. Meistens ist die Scheide nicht innerhalb Sekunden feucht. Erregung braucht Zeit. Es lohnt sich, sich nur bei grosser Erregung auf Geschlechtsverkehr einzulassen.

Organische Gründe:

Schmerzen können auftreten wegen Östrogenmangel z.B. bei Frauen nach dem Klimakterium, bei Blasenentzündung, Harnleiterentzündung, Entzündung der Bartholinischen Drüsen, Entzündung des Gebärmutterhalses, Endometriose, manchmal nach Geburten, nach Operationen, bei Allergien, Pilze, nach radiologischen Behandlungen, wenn der Penis an den Gebärmutterhals stösst.

Es ist wichtig, dass Frauen und Männer mit Schmerzen beim Koitus vorerst ärztlich untersucht werden, bevor mit einer allfälligen Sexualtherapie begonnen wird. Von Schmerzen beim Geschlechtsverkehr sind öfter Frauen als Männer betroffen.

**Sexualtherapie
Paarberatung**

Gabriela Kirschbaum
Hauptstrasse 47
5200 Brugg

Telefon: +41 56 450 3027
info@praxis-sexualberatung.ch
www.praxis-sexualberatung.ch

Was bietet Sexualtherapie?

- Kreislauf stoppen:
Angst vor Schmerzen – Angespanntsein – Schmerzen – fehlende Lust
- „Aufklärung“ über Möglich- und Unmöglichkeiten
- Entspannung
- Vorschläge für andere Spielarten
- sich selbst einbringen
- Verbindung zu Partner stärken
- Besprechen von Ursachen

Gerne unterhalte ich mich mit Ihnen über Ihre Fragen und Anliegen und erkläre Ihnen persönlich, wie eine Sexualtherapie durchgeführt wird. Ich freue mich sehr über ein unverbindliches Gespräch mit Ihnen.

Sexualtherapie Paarberatung

Gabriela Kirschbaum
Hauptstrasse 47
5200 Brugg

Telefon: +41 56 450 3027
info@praxis-sexualberatung.ch
www.praxis-sexualberatung.ch

**Sexualtherapie
Paarberatung**

Gabriela Kirschbaum
Hauptstrasse 47
5200 Brugg

Telefon: +41 56 450 3027
info@praxis-sexualberatung.ch
www.praxis-sexualberatung.ch