

# Sexualleben bei alten Männern ist aktiver als angenommen

Eine bevölkerungsbasierte Kohortenstudie erforschte Häufigkeit und fand auch Prädiktoren für sexuelle Aktivität

Die Vorstellung von Senioren als asexuellen Wesen geht an der Realität vorbei und vernachlässigt wichtige Aspekte der Lebensqualität – zumindest bei einem Teil der älteren Semester.

## ANNALS OF INTERNAL MEDICINE

Epidemiologische Daten zur Sexualität in fortgeschrittenerem Alter sind eher spärlich. Sowohl Querschnitts- als auch Longitudinalstudien haben eine Abnahme mit dem Alter dokumentiert, die bei Männern mit der langsamen, aber stetigen Reduktion der Androgenspiegel parallel geht. Zwar gibt es inzwischen eine Anzahl beschreibender Untersuchungen, zuverlässige Zahlen fehlen jedoch, und dies besonders im höheren Alter. Hier will diese Kohortenstudie Lücken füllen.

### Methodik

Die HIMS (Health In Men Study) ist eine longitudinale Untersuchung bei in Gemeinschaft lebenden Männern aus

der westaustralischen Stadt Perth, die anhand eines bevölkerungsrepräsentativen Samples ursprünglich auf abdominale Aortenaneurysmen gescreent worden waren und seit 1996 in drei Wellen mittels Fragebögen nachverfolgt wurden. Bei der letzten Befragung in den Jahren 2008/09 erhielten 7445 überlebende Männer einen Fragebogen, den 3274 ausfüllten. Einige Jahre zuvor waren auch die Androgenspiegel gemessen worden. Zudem lagen Daten zu Erkrankungen, Alkohol- und Tabakkonsum sowie Depression (15-Item Geriatric Depression Scale) vor.

### Ergebnisse

2783 Männer zwischen 75 und 95 Jahren beantworteten die Frage zur sexuellen Aktivität. 48,8 Prozent (95%-Konfidenzintervall [KI]: 47,0–50,6%) betrachteten Sex zumindest als «eher wichtig». Der Prozentsatz derjenigen, die «überhaupt kein» Interesse an Sex angaben, stieg mit dem Alter kontinuierlich an: Unter den 75- bis 79-Jährigen (n = 1194) waren es rund 40 Prozent, bei den 90- bis 95-Jährigen (n = 91) dann 80 Prozent.

Über mindestens eine sexuelle Begegnung während der vorangegangenen 12 Monate berichteten 30,8 Prozent (95%-KI: 29,1–32,5%). Von diesen waren 56,5 Prozent mit der Häufigkeit der sexuellen Aktivität zufrieden, aber 43 Prozent hatten seltener Sex, als sie es sich gewünscht hätten.

In einer Querschnittsanalyse waren zunehmendes Alter, fehlendes Interesse oder körperliche Einschränkungen des Partners, Osteoporose, Prostatakrebs, Diabetes, Medikation von Antidepressiva oder Betablockern jeweils unabhängig mit einer reduzierten Wahrscheinlichkeit für sexuelle Aktivität assoziiert.

In der Längsschnittanalyse waren höhere Testosteronspiegel mit einer höheren Wahrscheinlichkeit für sexuelle Aktivität assoziiert.

### Diskussion

«In dieser Studie mit Männern zwischen 75 und 95 Jahren war ein substanzieller Anteil sexuell aktiv und betrachtete Sex als einen wichtigen Teil des Lebens», resümieren die Autoren. Zwar waren das Vorhandensein sowie das Interesse für eine und die Fähigkeit zu sexueller Aktivität mit einer Partnerin ausschlaggebend für die Wahrscheinlichkeit sexueller Aktivität der befragten alten Männer, aber vor allem ihre eigenen gesundheitlichen Probleme schienen der Hauptgrund für ein Verebben der aktiven Sexualität. Diese sind nicht in jedem Fall beeinflussbar, sind sie medikamentös bedingt, kann jedoch ein Medikamentenwechsel bei sexueller Dysfunktion helfen.

Die Autoren diskutieren mit Blick auf die von ihnen beobachtete positive Korrelation zwischen Testosteronspiegel und sexueller Aktivität den Stellenwert der Testosteronsubstitution und kommen zum Schluss, dass die bisherigen Daten, zumal in diesen Altersklassen, keine eindeutigen Empfehlungen zulassen.

Als Stärke ihrer Studie heben sie die grossen Zahlen hervor, halten aber auch einschränkend fest, dass möglicherweise bei den Angaben zur sexuellen Aktivität angesichts des für manche heiklen Themas ein Berichtsbias im Spiel war. Die einmalige Bestimmung der Androgenparameter bot nur eine Momentaufnahme und konnte den Verlauf der Testosteronspiegel mit zunehmendem Alter nicht dokumentieren. Als Beobachtungsstudie ist diese Untersuchung ohnehin nicht in der Lage, eine kausale Aussage zum Stellenwert der Testosteronspiegel zu machen. ❖

### Halid Bas

Zoë Hyde et al.: Prevalence of sexual activity and associated factors in men aged 75 to 95 years. *Ann Intern Med* 2010; 153: 693–702.

Interessenlage: Die Studie wurde vom National Health and Medical Research Council of Australia unterstützt.

## Merksätze

- ❖ In einer bevölkerungsbasierten Kohortenstudie bei Männern zwischen 75 und 95 Jahren betrachtete die Hälfte Sex als wichtig, und ein Drittel gab an, sexuell aktiv zu sein.
- ❖ Ungünstig für das Sexualleben waren Diabetes, Depression und Medikamente.
- ❖ Die Rolle endogener Testosteronspiegel im höheren Alter bleibt unklar.