

# INHALT

<b>Vorwort</b> .....	7
<b>1 Alterssexualität und Pflege</b> .....	9
<b>2 Alterssexualität im Wandel</b> .....	12
<b>2.1 Der gesellschaftliche Wertewandel</b> .....	12
2.1.1 Moral mit doppeltem Boden – Sexualität im 20. Jahrhundert	13
2.1.2 Übersexualisierung – Gefahr oder Illusion? .....	16
2.1.3 Alterssexualität heute .....	17
<b>2.2 Theorien zur Alterssexualität</b> .....	19
<b>2.3 Vorurteile von Pflegekräften gegenüber der Alterssexualität</b>	19
<b>3 Mehr Frust als Lust im sexuellen Erleben</b> .....	22
<b>3.1 Frust in der Wahrnehmung sexueller Altersveränderungen – wenn der Körper streikt</b> .....	22
3.1.1 Frust durch schwindende Sinneseindrücke .....	23
3.1.2 Lustorgan – das Gehirn .....	24
3.1.3 Hormonveränderungen im Alter .....	25
3.1.4 Hormonveränderungen bei Frauen .....	27
3.1.5 Hormonveränderungen beim Mann .....	28
3.1.6 Veränderungen der Genitalien .....	28
<b>3.2 Die Fantasie altert nicht</b> .....	31
<b>4 Wenn die Lust zur Last wird</b> .....	33
<b>4.1 Die biografische Entwicklung alter Frauen</b> .....	33
<b>4.2 Sexuelle Gewalterfahrungen alter Frauen</b> .....	34
<b>4.3 Die biografische Entwicklung alter Männer</b> .....	38
<b>4.4 Die Partnerschaft im Alter</b> .....	39
4.4.1 Sexualität in der alternden Partnerschaft .....	40

<b>4.5</b>	<b>Frust aus Einsamkeit</b> .....	45
<b>4.6</b>	<b>Frust über die sexuelle Lebensbilanz</b> .....	47
<b>4.7</b>	<b>Frust wegen Libidoverlust</b> .....	47
<b>4.8</b>	<b>Frust durch Funktionsstörungen</b> .....	49
4.8.1	Sexuelle Funktionsstörungen .....	49
4.8.2	Psychosoziale Ursachen .....	50
4.8.3	Sexuelle Funktionsstörungen alter Frauen .....	52
4.8.4	Sexuelle Funktionsstörungen alter Männer .....	54
<b>5</b>	<b>Sexuelles Verhalten bei Demenzkranken</b> .....	59
<b>6</b>	<b>Erkrankungen und ihr Einfluss auf die Alterssexualität</b> ...	64
<b>6.1</b>	<b>Herz-Kreislauf-Erkrankungen</b> .....	64
<b>6.2</b>	<b>Krebs-Erkrankungen</b> .....	66
<b>6.3</b>	<b>Altersrheuma</b> .....	69
<b>6.4</b>	<b>Neurologische Erkrankungen</b> .....	70
<b>6.5</b>	<b>Psychische Störungen</b> .....	72
<b>6.6</b>	<b>Abhängigkeitserkrankungen</b> .....	73
<b>6.7</b>	<b>Sexuell übertragbare Krankheiten</b> .....	74
<b>6.8</b>	<b>Sexuelle Selbstbestimmung bei Schwerkranken und Sterbenden</b> .....	75
<b>6.9</b>	<b>Störungen der Sexualpräferenz</b> .....	75
<b>7</b>	<b>Lebensweltbedingter Zuwendungsmangel</b> .....	78
<b>7.1</b>	<b>Zuwendungsmangel in der häuslichen Pflege</b> .....	78
<b>7.2</b>	<b>Zuwendungsmangel in Kliniken</b> .....	79
<b>7.3</b>	<b>Zuwendungsmangel in Pflegeeinrichtungen</b> .....	80
7.3.1	Mängel in der Strukturqualität .....	81
7.3.2	Tabuisierte Sexualbedürfnisse der Bewohner .....	81

<b>7.4</b>	<b>Pflegekräfte und die Sexualität der Bewohner</b> .....	84
7.4.1	Pflegekräfte und ihre Einstellung zur Sexualität der Bewohner	84
7.4.2	Einfühlsame Pflege .....	85
7.4.3	Informationen und Beratung .....	87
7.4.4	Fortbildung und Supervision der Pflegenden .....	88
<b>8</b>	<b>Die Rolle der Pflegekraft</b> .....	89
<b>8.1</b>	<b>Von Beruf »Pflegekraft«</b> .....	89
8.1.1	Der alltägliche Spagat .....	89
8.1.2	Die Wichtigkeit der persönlichen Reflexion .....	90
8.1.3	Unangenehme Gefühle: Scham, Ekel und Schuldgefühle .....	94
<b>9</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit im Alter</b> .....	101
<b>9.1</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch enttabuisierende Kommunikation</b>	101
9.1.1	Die Grundvoraussetzung: offene Gespräche .....	101
9.1.2	Beratungsgespräche .....	105
<b>9.2</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch Zärtlichkeit</b> .....	106
<b>9.3</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch das Ernstnehmen von Sehnsüchten</b> .....	109
<b>9.4</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch Gesundheitsförderung</b> .....	110
<b>9.5</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch eine positive Einstellung zur Alterssexualität</b> .....	110
<b>9.6</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch individuelle Vielfalt</b> .....	111
<b>9.7</b>	<b>Sexuelle Zufriedenheit durch Spiritualität</b> .....	112
<b>9.8</b>	<b>Die Grenzen der Alterssexualität</b> .....	113
9.8.1	Sexuelle Beziehungen zwischen Pflegekräften und Pflegebedürftigen .....	113

<b>10</b>	<b>Rechtliche Aspekte der Alterssexualität</b> .....	115
<b>10.1</b>	<b>Schutz der Privatsphäre</b> .....	115
<b>10.2</b>	<b>Schutz vor sexueller Belästigung der Pflegekräfte</b> .....	117
10.2.1	Sexuelle Belästigung von Pflegekräften durch alte Männer ...	119
10.2.2	Sexuelle Belästigung von Pflegern durch ältere Frauen .....	120
10.2.3	Sexuelle Belästigung von Bewohnern durch Pflegekräfte .....	121
<b>10.3</b>	<b>Intime Beziehungen in der Pflegeeinrichtung</b> .....	121
<b>11</b>	<b>Sexualität ist ein natürliches Bedürfnis</b> .....	123
	<b>Literatur</b> .....	125
	<b>Kontaktadressen</b> .....	132
	<b>Internetseiten</b> .....	133
	<b>Register</b> .....	134