

Markennamen	Viagra®, Silvir®	Cialis®	Levitra®	Spedra®
Generika	Sildenafil	Tadalafil	Vardenafil	
Dosierungsstärken	25, 50, 75, 100 mg	10, 20 mg (2,5 mg/ 5 mg für den täglichen Gebrauch)	5, 10, 20 mg	50, 100, 200 mg
Maximaldosis pro Tag	100 mg	20 mg	20 mg	200 mg
Galenische Formen	Tabletten, Schmelzfilm	Tabletten	Tabletten	Tabletten
Tabletten Teilbarkeit	Ja (nur bei Generika)	Ja (nur bei Generika)	Nein	Nein
Einnahme	Nüchtern	Nüchtern oder zum Essen	Nüchtern	Nüchtern
Einnahmeempfehlung des Herstellers	60 Min vor dem Sex	60 Min - 36 Std. vor dem Sex	25 - 60 Min vor dem Sex	30 Min vor dem Sex
Maximale Plasmaspiegel in Minuten nach der Einnahme	60 Min	120 Min	60 Min	30 - 45 Min
Wirkdauer	4 - 8 Std	24 - 36 Std	4 - 8 Std	Ca. 6 Std
Prominente Nebenwirkungen	Kopfschmerzen, verstopfte Nase, roter Kopf, roter Hals, rote Ohren, Verdauungsstörungen (Sildenafil, Tadalafil, Vardenafil), Rückenschmerzen (Tadalafil, Spedra), Schwindel (Sildenafil, Vardenafil), Muskelschmerzen (Tadalafil), Sehstörungen (Sildenafil)			
Allgemeine Gegenanzeigen	Bei schweren Herz-Kreislaufkrankungen, tiefem Blutdruck (<90/50 mmHg), schweren Leber- und Nierenfunktionsstörungen und Erkrankungen der Netzhaut sollte auf Potenzmittel verzichtet werden oder diese sollten nur in Absprache mit dem entsprechenden Facharzt angewendet werden.			
Lebensgefährliche Wechselwirkungen	Potenzmittel dürfen mit folgenden Medikamenten nicht eingenommen werden, da der Blutdruck lebensgefährlich gesenkt werden kann: Adempas®, Corvaton®, Dancor®, Deponit®, Isoket®, Minitran®, Nitroderm®, Nitroglycerin Streuli®, Nitrolingual®, Rectogesic® (und ähnliche Cremes gegen Analfissuren). Das Gleiche gilt für Amylnitrit («Poppers»).			
Allgemeine Wechselwirkungen	Es ist Vorsicht geboten, wenn Herz-Kreislaufmedikamente oder Prostata-mittel eingenommen werden, da der Blutdruck zu stark gesenkt werden kann. Ferner gibt es Medikamente, die die Wirkung der Potenzmittel gefährlich steigern oder reduzieren können. Vor dem Konsum von Potenzmitteln sollte daher generell eine Wechselwirkungs-Kontrolle stattfinden (Apotheker, Facharzt).			

Tabelle 2: Die wichtigsten Potenzmittel, die in der Schweiz erhältlich sind. «Nüchtern» bedeutet «leerer Magen» oder Einnahme 1 Stunde vor oder 2 Stunden nach dem Essen. Eine vollständige Wirkung wird in der Regel 1-2 Stunden nach der Einnahme erreicht. Potenzmittel sollten beim ersten Mal in der jeweils tiefsten Dosis ausprobiert werden. Nebenwirkungen sind nur dann gelistet, wenn sie häufig (bei 1% bis 10% der Anwender) oder sehr häufig (bei über 10% der Anwender) rapportiert wurden.

www.apothekeschaffhauserplatz.ch

Seminarstrasse 1
8057 Zürich

Thomas Kappeler
info@apothekeschaffhauserplatz.ch

Telefon 044 361 61 61
Telefax 044 361 39 13

Pharmatipp

Nr. 13



Aktuell: Erektionsprobleme
und Potenzmittel

Bilder: Ivonne Wierink, Shutterstock (Frontseite), Wikipedia, by Chatter CC BY-SA.3.0 - Gestaltung: blink.ch

 **apotheke** schaffhauserplatz

Potenzmittel werden oft ohne Beratung gekauft, z.B. im Internet. Auch gesunde junge Männer werden dazu verleitet, diese Mittel auszuprobieren. Es besteht die Gefahr, sich viel zu früh in Abhängigkeiten zu begeben, die einer natürlichen Sexualität entgegensteuern. Junge Männer sollten lernen dürfen, über sexuelle und Beziehungsprobleme zu sprechen und ihren Weg ohne chemische Hilfsmittel zu finden. Bei gesunden älteren Männern ist es natürlich, verzögerte, weniger harte und weniger lang dauernde Erektionen zu haben. Für eine bessere Lebensqualität sind Potenzmittel hier oft hilfreich. Mit zunehmendem Alter können die Testosteronspiegel abnehmen, wodurch

die Lust auf Sex generell abnehmen kann. Es gibt auch krankheitsbedingte Erektionsprobleme oder durch Medikamente verursachte. Psychologisch bedingte Blockaden sind in manchen Fällen in Gesprächs- oder Sexualtherapien lösbar. Lifestyleänderungen können die Potenz nachhaltig positiv beeinflussen (Abnehmen, mehr Sport, weniger Alkohol, Rauchstopp). Sind Medikamente die Ursache der Probleme, kann eine Änderung der Medikation oder der gänzliche Verzicht auf bestimmte Medikamente eine Lösung der Erektionsprobleme sein. Tabelle 1 listet mögliche Ursachen und Beispiele für Potenzprobleme auf.

Mögliche Ursache	Beispiele
Alter	Alter über 40 Jahre
Psychologisch	Angst, Stress, Beziehungsprobleme, Schuldgefühle, Depression, geringes Selbstwertgefühl
Gefässveränderungen	Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Rauchen
Eingriffe im Beckenbereich	Prostata-Operationen, Bestrahlung, Unfälle
Neurologisch	Multiple Sklerose, Parkinson, Schlaganfall, Rückenmarksverletzungen, Diabetes-bedingte Nervenerkrankungen
Hormonell	Eingeschränkte Testosteronproduktion, Schilddrüsenerkrankungen
Medikamente	Antidepressiva, Prostata- und Haarwuchsmittel (Dutasterid, Finasterid), Antiandrogene, Blutdruckmittel (Betablocker, Calciumantagonisten), Diuretika (Hydrochlorothiazid, Spironolacton), Opiate.
Ernährung, Genussmittel, Drogen	Übergewicht, metabolisches Syndrom, Alkohol, Kokain, Heroin

Tabelle 1. Mögliche Ursachen für Erektionsprobleme. Bei den Medikamenten sind Antidepressiva mit Abstand die wichtigsten Verursacher von Erektionsproblemen. Antidepressiva können auch eine verzögerte oder ausbleibende Ejakulation bewirken.

Aktuell: Erektionsprobleme und Potenzmittel

In der zweiten Tabelle listen wir sämtliche in der Schweiz erhältlichen modernen Potenzmittel auf, die als Pillen eingenommen werden können. Die Zusammenstellung soll eine Orientierungshilfe für Dosierung und Anwendung sein und über mögliche Gefahren aufklären. Potenzmittel können Gesundheitsprobleme verursachen, wenn sie nicht sachgemäss angewendet oder wenn die Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten nicht beachtet werden. Insbesondere sind schwerwiegende Auswirkungen auf Herz-Kreislauf und Seh- und Hörvermögen zu beachten.

Bei Verdacht sollten diese medizinisch abgeklärt werden. Schmerzhaftes Dauererektionen (> 2 Std, ohne sexuell erregt zu sein) können das Penissgewebe beschädigen und sollten ohne falsche Scham notfallmässig gestoppt werden (Spital, Facharzt, Hausarzt). Potenzmittel erhöhen die Libido («Lust auf Sex») nicht; sie wirken nur bei sexueller Stimulation. Sildenafil (Viagra®) ist in der 25-mg-Dosierung rezeptfrei erhältlich. Als einziges Medikament ist Cialis® (Tadalafil, 2.5 mg und 5 mg) für die tägliche, langfristige Einnahme geeignet.

