



Im Blickpunkt: Frauen

Sexuelle Gesundheit

Harriet Langanke, Köln
GSSG – Gemeinnützige Stiftung
Sexualität und Gesundheit, Köln

2. Fachtag Psychotherapie bei Menschen mit HIV/Aids
Kompetenznetz HIV / DAIG / UKRUB / DSTIG
19. Januar 2013

Über die Referentin

○ Harriet Langanke

- in der Aids-Arbeit seit 1991
- **Fachjournalistin für sexuelle Gesundheit;** Chefredakteurin der DHIVA – Fachmagazin für Frauen zu Gesundheit und Sexualität
- Mitgründerin des **Netzwerks Frauen und Aids;** Stifterin der GSSG – Gemeinnützige Stiftung **Sexualität und Gesundheit;** Sprecherin der AG Präventionsstandards in der **Sektion sexuelle Gesundheit der DSTIG**
- BIAS: Faculty-Mitglied bei WFPA; Mitglied bei PxROAR von AVAC

Über den Vortrag

- Definitorisches
- Zusammenhänge:
Frauen – sexuelle Gesundheit – HIV
– Psychotherapie
- Herausforderungen

Definitionen 1: Gesundheit

- WHO:

Zustand vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.



Definitionen 2a: Sexuelle Gesundheit

- WHO:

Integration somatischer, emotionaler, intellektueller und sozialer Aspekte sexuellen Seins auf eine Weise, die positiv bereichert und Persönlichkeit, Kommunikation und Liebe stärkt. Grundlegend für dieses Konzept sind das Recht auf sexuelle Information und das Recht auf Lust.

Definitionen 2b: Sexuelle Gesundheit

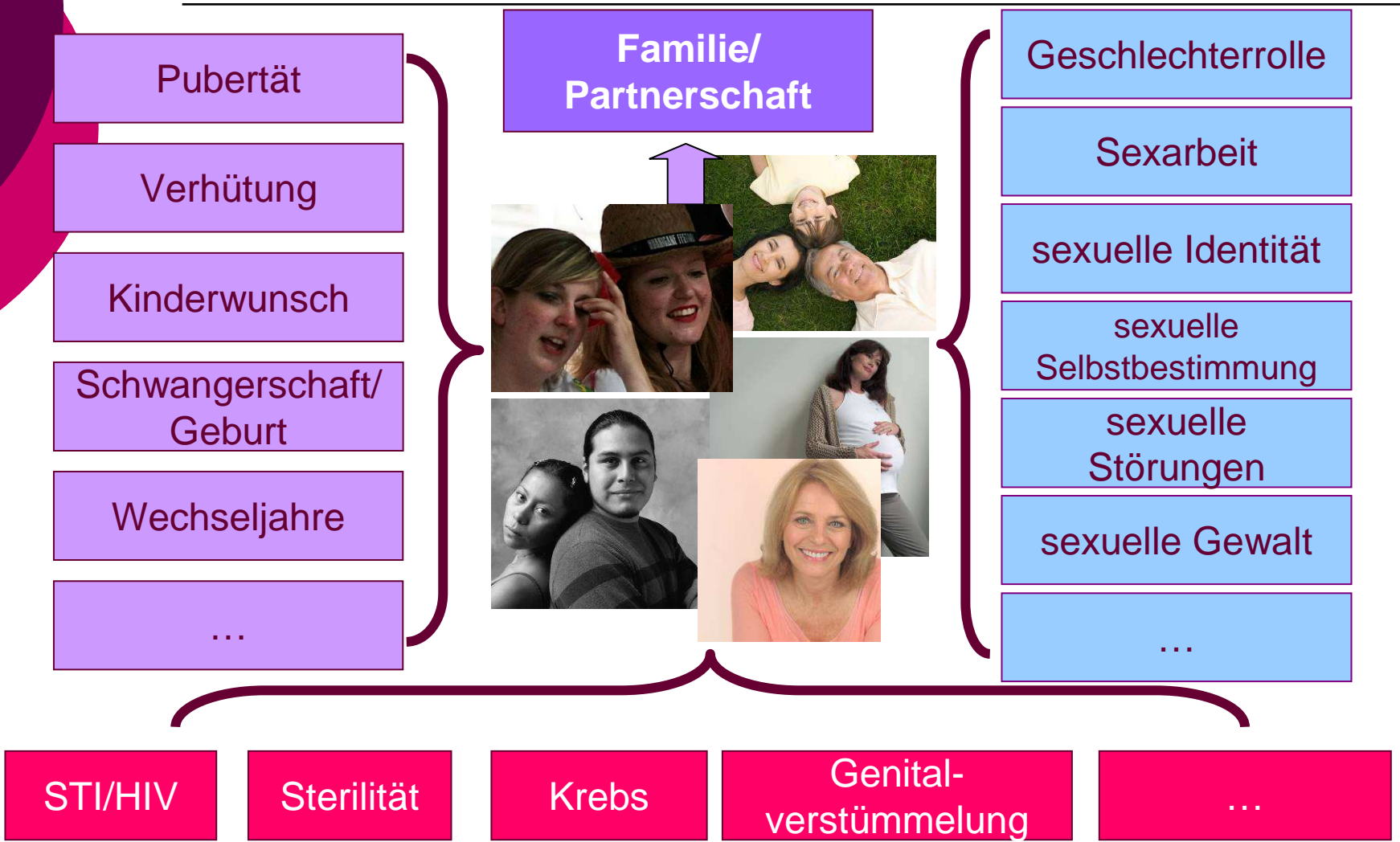
- **DSTIG:**

Die Sexualität jedes Menschen ist ein Schlüsselement für die eigene Identität. Sexualität ist eine zentrale Lebensäußerung, Ausdruck erfüllten Lebens und Grundbestandteil der Gesundheit in einem umfassenden Sinn. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Sexualität und der offene Umgang mit dem Thema Sexualität sind Grundlage für die individuelle sexuelle Gesundheit.

(Weibliche (?)) Sexualität

- Weltweite Datenlage sehr widersprüchlich!
- Wikipedia: *„Da zwischen der Sexualität des Mannes und der Sexualität der Frau teils erhebliche Unterschiede bestehen, führt diese Diskrepanz bei der Heterosexualität zu mannigfaltigen Abstimmungsschwierigkeiten zwischen den Geschlechtern.“* (16.1.2013/15.00)
- Was wir wissen:
 - Unterschiede in der Biologie (Reproduktion!)
 - Unterschiede in der gesellschaftlichen Rolle

Dimensionen sexueller Gesundheit



nach: Heidrun Nitschke

Frauen mit HIV 1:

○ Weltweit

- 34 Millionen Menschen mit HIV
(UNAIDS für 2011 im fact sheet zum WAD 2012)
- Frauen : Männer - 50:50

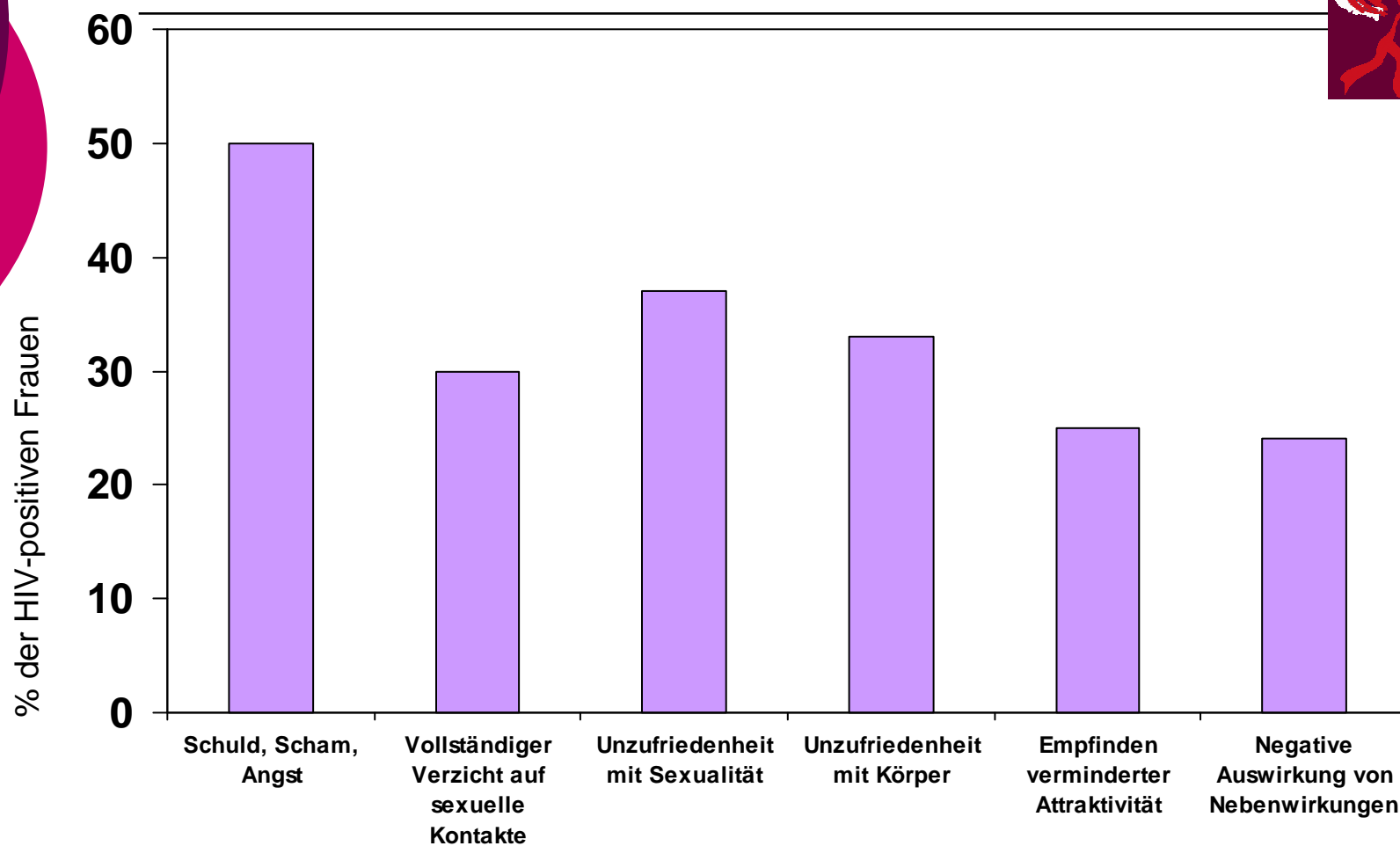
○ In D

- von 78.000 Menschen mit HIV sind 15.000 Frauen (<20%)
(RKI für 2012)
- bei neu festgestellten HIV-Infektionen stellen Frauen mit Migrationshintergrund einen wachsenden Anteil

Frauen mit HIV 2:

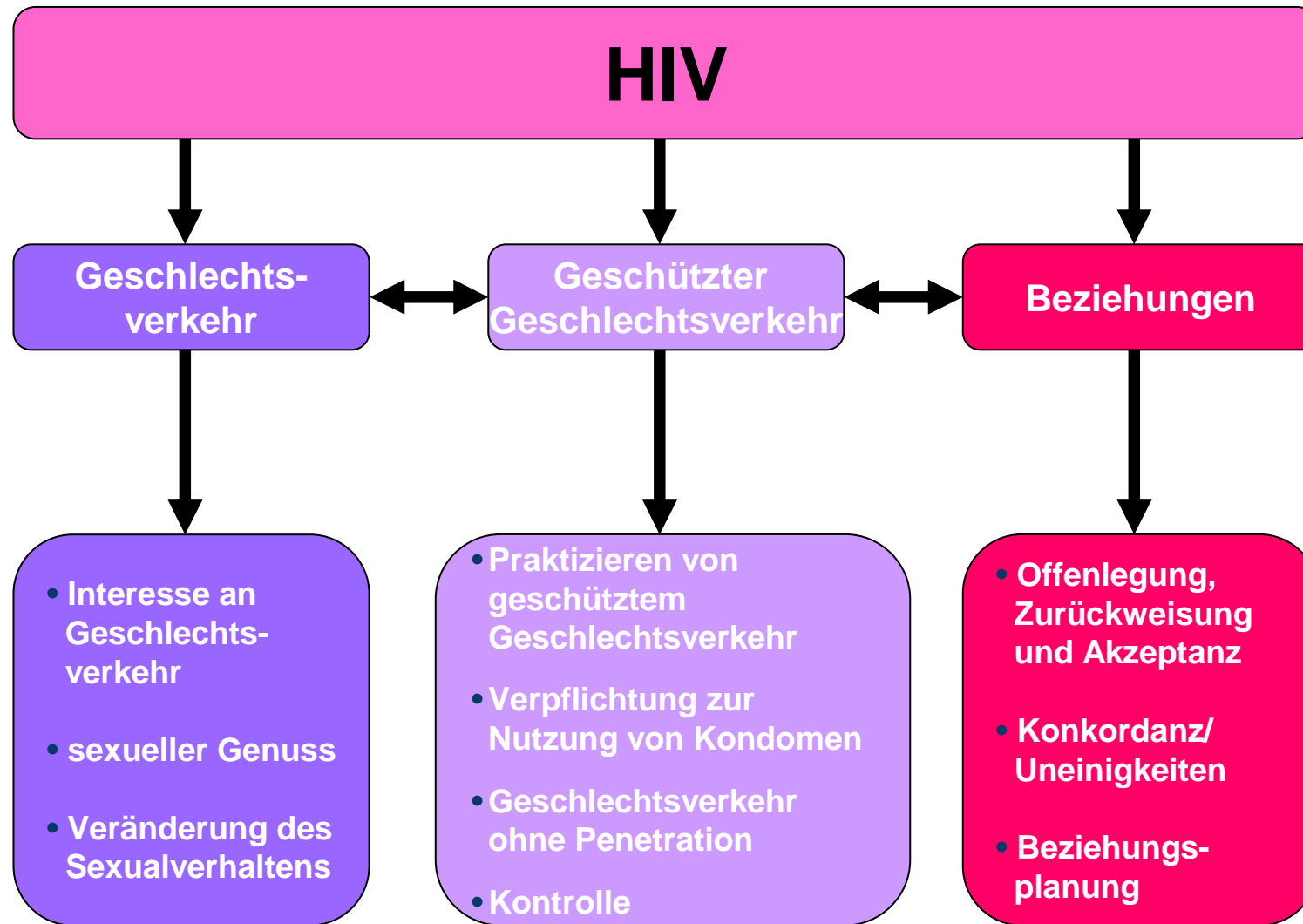
- individuell:
 - zum Zeitpunkt der Diagnose meist jung / im reproduktionsfähigen Alter
- strukturell:
 - in einer noch immer eher von Männern dominierten Gesellschaft
 - oft in benachteiligten Settings (Migration, Drogen, Armut ...)
 - oft vereinzelt / isoliert

Psychosexuelle Probleme HIV-positiver Frauen



Sonnenberg-Schwan U, 10. EACS Konferenz 2011

HIV-Diagnose und sexuelle Gesundheit



Faktoren sexueller Dysfunktion



Psychogene Faktoren

Angstzustände

Ökonomisch

Depression

Trauer-
verhalten

Schwanger-
schaft

Soziokulturell

Fruchtbarkeits-
störungen

Verlust
des Partners

Suchtmittel-
missbrauch

Sexueller/
körperlicher Missbrauch

Beziehungs-
probleme

Angst,
andere zu infizieren

Schuldgefühle/
Scham

Lipodystrophie/
Körperwahrnehmung

Physische Faktoren

Nebenwirkungen
der ART

kardiovaskuläre
Erkrankung

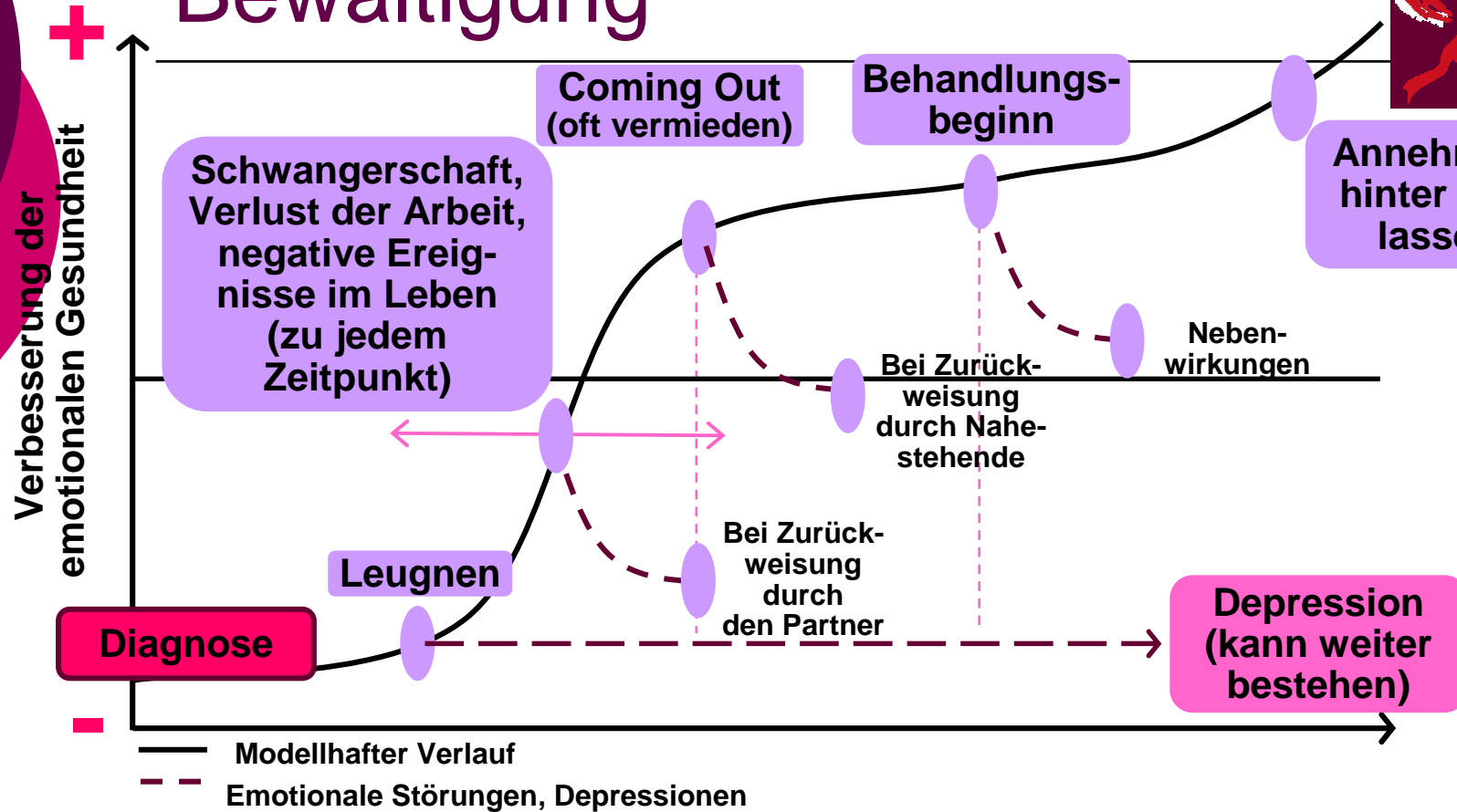
neurologische
Schäden

endokrine
Erkrankungen

andere Faktoren wie
Operationen,
Strahlentherapie

Infektionen;
STI

Phasenmodell zur Diagnose- Bewältigung



Die Krankheitsbewältigung durchläuft viele emotionale Höhen und Tiefen und variiert von Frau zu Frau. Sie entspricht dem klassischen Trauermodell.

Sechs Mal herausgefordert:

- HIV ist ein sexuell übertragbares Virus.
- Eine HIV-Diagnose verändert das Verhältnis zur Sexualität.
- Wie kann Psychotherapie zur sexuellen Gesundheit von Frauen mit HIV beitragen?

1. Frisch diagnostiziert?

- Wie kann Psychotherapie den Umgang mit der frischen Diagnose erleichtern?
 - immer: ein Einschnitt
 - bin ich geschockt? erleichtert?
 - spüre (fürchte) ich gesundheitliche Folgen?

2. Coping-Kompetenz stärken?

- Wie kann Psychotherapie die Coping-Phasen begleiten?
 - leugne, verdränge ich? spalte ich ab?
 - „verhandele“ ich?
 - bin ich depressiv?
 - akzeptiere ich die Diagnose?

3. Körperlichkeit und HIV?

- Wie kann Psychotherapie Frauen mit HIV im Umgang mit ihrer Geschlechtlichkeit unterstützen?
 - wie ist mein Verhältnis zum eigenen Körper?
 - finde ich ihn infektiös, aussätzig, minderwertig?
 - wie stehe ich zu meiner Sexualität?

4. HIV und sexuelle Beziehung?

- Wie kann Psychotherapie Frauen mit HIV in Bezug auf eine Partnerschaft unterstützen?
 - finde ich jemals wieder eineN PartnerIn?
 - wird meinE PartnerIn zu mir stehen?

5. HIV, Sex, Schuld und Psyche?

- Wie kann Psychotherapie Frauen mit HIV bei Scham- und Schuldgefühlen helfen? Wie beim Thema Stigma?
 - welche Rolle spielt mein Infektionsweg? fühle ich mich schuldig? unmoralisch?
 - welche stigmatisierenden Erfahrungen habe ich gemacht?

6. HIV ist nicht das einzige Problem?

- Wie kann Psychotherapie sonst helfen, um sexuelle Gesundheit zu fördern?
 - bei Isolation, Vereinzelung
 - bei Kinderwunsch
 - bei multiplen Problemlagen, die ggf. durch die Infektion bedingt oder verstärkt sind (Trauma, Ängste, Gewalt, Armut ...)

Im besten Fall...

... bewirkt Psychotherapie für Frauen mit HIV, was sie auch sonst tut:

- sie hilft, Krisen in Chancen zu verwandeln:
 - sie hilft, Sexualität als Quelle positiver Lebensenergie (zurück) zu erschließen,
 - und fördert so sexuelle Gesundheit – individuell (als Menschenrecht) und strukturell (Prävention und Public Health).

Terminhinweis:

- Fr., 8. bis So., 10. März 2013
Warnemünde bei Rostock
- **Sexuelle Gesundheit - was bedeutet das im Zusammenhang mit Frauen und HIV?**
Viviane Bremer / Harriet Langanke
- Ein Themen-Treffen des Netzwerks
Frauen und Aids / DAH

Für weitere Informationen

- www.frauengesundheitsportal.de
- www.frauenundhiv.info
- www.netzwerkfrauenundaids.de
- www.womenforpositiveaction.org.de

- Harriet Langanke
 - harriet.langanke@stiftung-gssg.org
 - T: 0221 – 340 80 40
 - www.stiftung-gssg.org