

### **3.7 Sextoys – Bedeutung, Gebrauch, Anwendung im Rahmen männlicher Sexualität**

*Anja Drews*

#### **Zusammenfassung**

Das Geschäft mit Sexspielzeug boomt. Und die Branche ist ständig auf der Suche nach neuen Umsatzmöglichkeiten. Die Bandbreite an Produkten reicht von Vibratoren, künstlichen Vaginas und Analplugs bis zu Penisringen und Umschnalldildos. Sie lassen sich sowohl zur Stimulation in der Autoerotik als auch in der partnerschaftlichen Sexualität und zur Herstellung und Erhaltung der sexuellen Funktionsfähigkeit einsetzen. Parallel dazu findet allerdings kaum Forschung darüber statt, wie sich unser Sexualverhalten durch den Einsatz von Sextoys verändert, welches Potenzial sich bietet und welche Gefahren dabei lauern. Erektion und Koitus stehen seit jeher im Mittelpunkt des sexuellen Interesses. Diese Fixierung auf die genitale Sexualität baut auf beiden Seiten immensen Druck auf. Es stellt sich die Frage, inwieweit die Verwendung von Sextoys von diesem Druck entlasten und die Vielfalt sexueller Erfahrungsmöglichkeiten erweitern kann. Auch und gerade bei sexuellen Problemen rund um Penis und Erektion. Dies könnte zur Steigerung der Beziehungszufriedenheit und ganz allgemein zur Steigerung der Lebensqualität führen. Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass wir fundierte Informationen und Aufklärung über Bedeutung, Gebrauch und Anwendung von Sexspielzeug im Rahmen männlicher Sexualität brauchen – ganz besonders für all diejenigen Männer, die auf der Suche nach neuen Stimulationsmöglichkeiten sind.

#### **Summary: Sextoys – meaning, use, application in the context of male sexuality**

The sex toy business is booming. And the industry is always looking for new opportunities, complimenting the current product lines like vibrators, artificial vaginas, anal plugs and up to penis rings. They all work for self-stimulation as well as with partners and they can be used to sustain sexual functional capability. There's almost no research how sex toys change our sexuality, their potential and dangers. Erection and coitus typically are in the center of attention. This genital focus creates immense pressure to both sides. One wonders how the use of sex toys can release this pressure and extend the variety of sexual experiences, especially in the context of sexual problems regarding the penis and its erection. This could lead to improved satisfaction in relationships and better quality of life. Last but not least: We need well-grounded information and education about the relevance, use and possibilities of sex toys in the context of male sexuality – especially for those men looking for new ways of stimulation.

---

#### **Einleitung**

Es ist lange her, dass man abfällig von »Sexartikeln« und »Hilfsmitteln« sprach. Es ist auch lange her, dass man diese Artikel nur verschämt hinter verschlossenen Türen in dunklen Shops

erwerben konnte. Heute sind Sextoys gesellschaftsfähig geworden. Weg von einer Reduktion auf ihre reine Funktionalität, finden sich schmeichelnde Materialien, verspielte Formen und bunte Farben in den Auslagen der Geschäfte und Online-Shops – eine »warenästhetische Indienstnahme des Erotischen und der Sexindustrie«, wie Volkmar Sigusch es nennt [1]. Ob als Mann, Frau, Paar oder Single, für den normalen Hausgebrauch oder für aufwändige Sessions: Für jeden Geschmack ist etwas dabei. Die Umsatzzahlen des Handels steigen dabei kontinuierlich an und werden heute zum Großteil über das Internet erzielt. Die Online-Shops der großen Unternehmen haben sich an die Bedürfnisse der Kunden angepasst und ihre Internetauftritte modernisiert. Auch der Einzelhandel zieht mit. Wer sich heute in den Shops umsieht, wird feststellen, dass sich hier einiges verändert hat: Helle, offene, freundliche Räume laden zum Bummeln ein. Fast fühlt man sich wie in einer Boutique oder Drogerie. Es wird ein Einkaufserlebnis geschaffen. TV-Werbung für Sextoys findet sich aufwändig produziert zur besten Werbezeit. Bedürfnisse werden geweckt und bedient.

Wie viel Umsatz alle Unternehmen zusammen insgesamt erwirtschaften, kann hier nur spekuliert werden. Man kann insgesamt aber von einem Betrag in dreistelliger Millionenhöhe ausgehen. Doch trotz der hohen Umsatzzahlen der Unternehmen und der dadurch zu vermutenden Verbreitung von Sextoys ist das Thema wissenschaftlich noch weitgehend unerschlossen. Die Recherche zu diesem Thema hat ergeben, dass sich Literatur und Daten überwiegend im journalistischen Bereich und nur sehr vereinzelt in wissenschaftlichen Abhandlungen bzw. Studien finden. Auch in den gängigen Aufklärungsbüchern für Jugendliche und Erwachsene findet das Thema bislang wenig bis keine Beachtung. Eine wissenschaftlich fundierte Erhebung über Verbreitung und Anwendung von Sextoys in der Bevölkerung liegt bislang nicht vor. Es ist auch

offen, ob insgesamt mehr Kunden einkaufen oder ob die bereits vorhandenen Kunden häufiger einkaufen.

## **Angaben zu Sextoys**

### **Definition und Produktgruppen**

Letztendlich lässt sich so ziemlich alles zum Sextoy umfunktionieren. Entsprechend findet sich in Wikipedia auch eine sehr weitreichende Definition:

»Unter dem Begriff Sexspielzeug (in jüngster Zeit hat sich auch der englische Begriff >Sextoy< etabliert) werden Gegenstände zusammengefasst, mit deren Hilfe man sich selbst oder den Geschlechtspartner beim Liebesspiel sexuell stimulieren kann. [...] Zu den Sexspielzeugen gehören Vibratoren, Dildos, Lustkugeln, Butt-Plugs, Strap-ons, Peniskäfige, Penisringe, Keuschheitsgürtel, Geräte zur erotischen Elektrostimulation, Sex-Puppen, Vagina-Nachbildungen und vieles mehr. Derartige Gegenstände werden in Sexshops, auf Erotikmessen, in Erotikkatalogen und auf einschlägigen Internetseiten angeboten. In einem weiter gefassten Sinn lassen sich auch besondere Bekleidung, Rollenspiel-Utensilien (zum Beispiel Fesseln, Peitschen, Windeln), Klammern und ähnliches Zubehör hinzurechnen. Auch normale Haushaltsgegenstände können als Sexspielzeug verwendet werden, zum Beispiel Kerzen, Obst, Gemüse, Löffel, Gießkannen, Federn, Eiswürfel, aufblasbare Gegenstände (Schwimmflügel, Luftballons, Wasserbälle etc.) oder Fingerfarben zur Körperbemalung während des Liebesspiels« [2].

Schaut man sich in der heimischen Küche nur einmal etwas genauer um, so wird man schnell fündig.

Die genauen Absatzzahlen der einzelnen Produkte sind Firmengeheimnisse, die von den Unternehmen streng geheim gehalten werden.

Auf Anfrage teilte das Unternehmen »Orion« immerhin mit:

»Toys sind die beliebteste Produktgruppe aus dem Orion-Sortiment. Das ist seit vielen Jahren so. Die Lovetoys haben sich in den letzten zehn Jahren auch ständig weiterentwickelt und verändert. Waren es früher noch möglichst naturgetreue Produkte, die das Lovetoy-Sortiment bestimmten, gibt es im Orion-Sortiment heute immer mehr Designobjekte in optisch sehr hochwertigem Look« [3].

»Kunden legen aber nicht nur Wert auf ausgefallene Designs, sondern fragen auch nach technischen Finessen wie der App-Steuerbarkeit und nach einer möglichst breiten Funktionsauswahl, die sich in einem Produkt vereint. Fröhliche Farben und Formen bestimmen das Lovetoy-Sortiment. Toys sind zu Lifestyle-Produkten geworden, die gesellschaftsfähig sind. Zu den Lovetoys gehört natürlich alles, was summt und brummt, also Vibratoren in den unterschiedlichsten Ausführungen. Darüber hinaus auch Dildos, Kugeln, Masturbatoren, Anal-Toys, Bondage-Produkte, Fesseln u. v. m.« [4].

Die allgemeine Technikbegeisterung hat also auch auf diesem Markt Einzug gehalten.

## Umsätze

1952 verschickte sie mit der Informationsbroschüre »Stimmt in unserer Ehe alles?« ihren ersten Minikatalog, verkaufte Kondome und Bücher zum Thema Ehehygiene, klärte in ihrer »Schrift X« über natürliche Methoden der Empfängnisverhütung auf, eröffnete 1962 den weltweit ersten Sexshop und ging 1999 an die Börse [5]: Beate Rotermund hat als Vorreiterin und Aufklärerin mit ihrem Unternehmen »Beate Uhse« einen Boom entfacht, der bis heute ungebrochen ist. Während das klassische Kataloggeschäft dieser Tage am Ende zu sein scheint, hat das Geschäft im Internet Hochkonjunktur. Die beiden Marktführer

Orion und Beate Uhse sind zwar durchaus mit 150 bzw. ca. 40 Geschäften im Einzelhandel deutschlandweit vertreten, laut Angaben des Unternehmens erwirtschaftet Orion mittlerweile jedoch 80% seiner Distanzhandelsumsätze (also ausgenommen des stationären Handels) online, die übrigen 20% auf dem klassischen Wege (Telefon, Print) [6]. Mit den beiden Startups »Amorelie« und »Eis.de« bewegen sich zwei neue junge Unternehmen im E-Commerce-Bereich. Durch offensive Werbung zur besten Sendezeit und die Konzentration auf junge Kund\_innen konnten laut Presse zumindest dem Erotikkonzern Beate Uhse Marktanteile streitig gemacht werden. Eis.de erzielte in 2013 einen Umsatz von 18,2 Millionen Euro [7]. Amorelie hält sich hier etwas bedeckt. Beate Uhse verzeichnete laut Geschäftsbericht 2015 einen Umsatz von knapp 128 Millionen Euro und damit 18 Millionen Euro Verlust [8]. Als Konsequenz daraus wurden zum Jahresbeginn 2016 das klassische Kataloggeschäft komplett eingestellt sowie Geschäfte des Einzelhandels geschlossen. Auch hier will man sich zukünftig auf den E-Commerce-Vertrieb konzentrieren [9]. Die Orion-Gruppe (über 100 Millionen Euro Gesamtumsatz) kämpfte 2015 ebenfalls mit Stagnation und bis zu 6% rückläufigen Umsätzen, dies aber bei gesunder Ertragslage. 2013 gab es einen außergewöhnlichen Umsatzanstieg. Dieser ließ sich zu einem nicht un wesentlichen Teil auf die Veröffentlichung der Erotikroman-Trilogie *Shades of Grey* zurückführen. In diesem Zeitraum gab es in der Erotikbranche eine große Nachfrage nach allen Sextoys aus dem Bereich BDSM (Bondage & Discipline, Dominance & Submission, Sadism & Masochism) [10].

Zu den großen Unternehmen kommt eine Vielzahl an Geschäften im Einzelhandel sowie Herstellern und kleineren Onlineshops hinzu. Die »Boutique Bizarr« auf der Hamburger Reeperbahn ist dabei ein ganz besonderer Publikumsmagnet. Besonders am Wochenende durchstreifen tausende Schau- und

Kauflustige die ausgedehnten Räumlichkeiten und ergötzen sich an Sextoys, Literatur, Pornofilmen und vor allem der eindrucksvollen Darstellung der Produkte aus der Welt des BDSM.

## Zielgruppen und Verbreitung

Heute entscheiden vor allem Frauen, wann und welche Sextoys sie kaufen und in die partnerschaftliche Sexualität einbeziehen möchten. Hierzu teilt Orion mit: »Die Hauptzielgruppe von Orion ist seit jeher die Frau. 60 Prozent der Orion-Kunden sind Paare, die wir mit dem Unternehmensslogan >Mehr Spaß zu zweit< ansprechen. Der Rest sind zu jeweils 20 Prozent männliche und weibliche Singles« [11]. Auch bei Beate Uhse stehen heute die Kundinnen im Vordergrund. Hier gab es folgende Auskunft: »Die Verteilung Mann/Frau wird auf etwa 20:80 geschätzt. Die meisten Männer kommen zusammen mit ihren Frauen zu uns. Das ist seit unserem Relaunch 2013 in etwa gleich geblieben« [12]. Amorelie hat anhand von Umfragen und Datenerhebungen festgestellt, dass 45% ihrer Kunden Männer seien. Deutlich mehr als 50% dieser Männer seien in einer Beziehung, während bei den Frauen die Singles überwiegten. Das Durchschnittsalter der Kunden liege bei 35 Jahren [13]. Verlässliche Angaben über den Gebrauch und die Verbreitung von Sextoys innerhalb der unterschiedlichen Kohorten in der männlichen Bevölkerung können jedoch nicht beschrieben werden, da dazu einfach jegliche Angaben fehlen.

Umfragen und Studien von Herstellern und Medien sind wissenschaftlich nicht haltbar, zeigen jedoch Tendenzen auf. Eine Umfrage der Gutschein-Plattform »Vouchercloud« unter über 3.400 Männern und Frauen stellte fest, dass 17% aller Umfrageteilnehmer regelmäßig Sexspielzeug gemeinsam mit ihrem Partner nutzen. Weitere 26% gaben an, zumindest gelegentlich zusammen mit dem Partner

zu Toys zu greifen. 31% der Frauen äußerten den Wunsch, Sextoys beim gemeinsamen Liebesspiel häufiger einsetzen zu wollen. 8% haben allerdings Angst, ihrem Partner diesen Vorschlag überhaupt mitzuteilen. 14% glauben, dass der Wunsch, gemeinsam Sextoys zu benutzen, den Partner abschrecken könne. Demgegenüber gefiel 22% der Männer die Vorstellung, zu zweit Sextoys einzusetzen. Genauso viele Männer schließen diese Option für sich komplett aus. 37% der Frauen, aber nur 4% der Männer setzen Sextoys zur Selbstbefriedigung ein [14]. Sicherlich muss man hier hinterfragen, welche Personengruppe genau befragt wurde und wie ehrlich die Antworten tatsächlich sind. Zudem stellt sich die Frage, wie der Begriff Sextoy in der Umfrage definiert wurde. Denn dies ist ein weites Feld, in dem Dildos und Vibratoren vorherrschend wahrgenommen werden, diese jedoch für die männliche Sexualität eher von geringer Bedeutung sind. Wie wir in der oben genannten Definition gesehen haben, umfasst der Begriff Sextoy dementgegen weit mehr Möglichkeiten zur Lustgewinnung rund um den männlichen Körper. Nach meiner Erfahrung ist gerade im Bereich der männlichen Autoerotik von deutlich höheren Zahlen auszugehen.

Eine Gruppe, die im Zusammenhang mit der sexuellen Gesundheit von Männern steht, sollte nicht vergessen werden: Die Sexarbeiterinnen. Angaben darüber, welche Produkte in welcher Menge gekauft werden, gibt es auch hier nicht. Es ist jedoch davon auszugehen, dass Sexspielzeug jedweder Art in den unterschiedlichen Bereichen Anwendung findet und damit auch in den direkten Körperkontakt mit Männern kommt.

## Einsatz im Gesundheitsbereich

Neben der sexuellen Stimulation gibt es auch Produkte, die eine unterstützende Wirkung bei der Ausübung von Sexualität haben. Wenn wir Vakuumpumpen als Sextoys definieren,

finden diese vor allem Anwendung in der Behandlung der Erektionsstörungen und werden in dieser Hinsicht auch von der Sexualmedizin als eine Möglichkeit unter mehreren empfohlen:

»Hierbei wird ein Plexiglaszylinder über den Penis gestülpt und dann mittels Hand- oder Elektropumpe ein Vakuum erzeugt. Beim Erreichen der maximalen Rigidität wird ein Gummiring von dem Zylinder auf die Penisbasis abgestreift. Dieser verhindert den Blutabstrom. Das Vakuum kann jetzt abgelassen und der Plexiglaszylinder entfernt werden. Diese Behandlungsmethode wird erfahrungsgemäß v. a. von älteren Patienten in einer langfristigen stabilen Beziehung bevorzugt« [15].

Die Sexualmedizinerin und Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Beate Pech empfiehlt und zeigt Sextoys »den Frauen auf den entsprechenden Portalen auch mal gleich in der Sprechstunde«. Auf Nachfrage äußerte sie sich wie folgt:

»Medizinisch verwenden wir vorwiegend Liebeskugeln für das Beckenbodentraining, Dilatatoren (bzw. Dildos) bei Vaginismus, Stenosen nach Operation/Bestrahlung, bei Dyspareunie. Die Frauen über 50 fragen häufig nach Erektionshilfen für ihren Partner, der auf keinen Fall einen Arzt aufsucht. Dann empfehlen wir Vakuumpumpen und Cockrings [Penisringe]« [16].

Die Unternehmen aus der Medizintechnik bieten hochpreisige Produkte an: Penispumpen bei Erektionsstörungen, Spezial-Spannungsringe für die Erhaltung der Erektion, Dilatatoren bei Vaginismus oder Therapiegeräte zur Behandlung von Orgasmusstörungen bei Frauen. Auf die Nachfrage bei den gesetzlichen Krankenkassen, ob diese Kosten im Bedarfsfall von den Kassen übernommen werden, gab es keine konkreten Auskünfte. Dies hängt von der Indikation sowie dem Einzelfall ab. Hier stellt sich die Frage,

ob die kostengünstigeren Produkte der Erotikunternehmen gleichwertige Verwendung finden können. Wissenschaftlichen Studien oder Empfehlungen liegen hierzu noch nicht vor.

## Gesundheitliche Risiken

Sexspielzeug wird selten mit einer detaillierten Gebrauchsanweisung geliefert. Einiges erklärt sich mit Sicherheit von selbst. Und es besteht auch beileibe nicht bei jeder Anwendung Verletzungspotenzial. Aber es gibt gesundheitliche Risiken, die bei einer sachgemäßen Anwendung ausgeschlossen werden können. Darüber wissen viele entweder nicht Bescheid oder nehmen bewusst das Risiko in Kauf. Penisringe können bei dauerhafter Benutzung irreversible Schäden an den Blutgefäßen hinterlassen. Sexspielzeug, das nicht für den Analbereich geeignet ist, kann in demselben verschwinden. Zu große Dildos oder Analplugs, die ohne eine vorherige Dehnung des Schließmuskels und ohne Gleitmittel eingeführt werden, können Fissuren hervorrufen. Zu heftige Bewegungen ebenso. Dazu kommen zahlreiche Verletzungsmöglichkeiten bei der Zweckentfremdung von Haushalts- und Heimwerkerutensilien. In den Medien finden sich dazu zahllose Beispiele:

- über das Genital gestreifte Schraubschellen für Abwasserrohre, die sich nicht mehr abnehmen lassen
- geöffnete Flaschen, die sich durch Unterdruck festsaugen
- zum Dehnen eingeführte Billiardkugeln, die im Anus verschwinden
- in die Harnröhre eingeführte Ketten, Stifte oder Drähte, die sich nicht mehr entfernen lassen
- ein am Keilriemen des Autos verletzter Penis
- in das Staubsaugerrohr eingeführte und festgesogene Penisse
- Verbrennungen bei Selbstversuchen mit dem Reizstrom von Modelleisenbahnen

- eingeführte Spraydosen, bei denen sich im Körperinneren die Verschlusskappe gelöst hat
- Selbststrangulationen durch Tücher, Gürtel oder Klarsichtfolie

Diese Liste könnte endlos fortgesetzt werden. Hier soll vor allem die Vielfalt der Ideen auf der Suche nach erotischer Luststeigerung und das Gefahrenpotenzial dabei demonstriert werden. Einige Unternehmen bieten mittlerweile Informationsmöglichkeiten in Form von Texten oder Videos an. Auch werden die Produktbeschreibungen um Hilfestellungen bei der Anwendung erweitert. Im stationären Handel gibt es teilweise Kurs-Angebote zu unterschiedlichen Themen, unter anderem auch zu Sextoys. Das Unternehmen Orion hat eine Online-Sexualberatung etabliert, in der ich selber als Dipl.-Sexualpädagogin niedrigschwellig Fragen rund um das Thema Sexualität beantwortete. Folgende Fragen finden sich hier im Zusammenhang mit Sextoys: Wie lange darf ein Penisring getragen werden? Was kann passieren, wenn das Blut zu lange gestaut wird? Worauf muss ein Mann bei der Anwendung einer Vakuumpumpe achten? Was passiert, wenn ein Gegenstand im Anus verschwindet? Wie wirkt sich das dauerhafte Tragen eines Peniskäfigs auf die Fruchtbarkeit aus? Kann Zahngel die Ejakulation hinauszögern?

Ein anderer Aspekt ist das Gesundheitsrisiko durch Schadstoffe. Das Magazin »Öko-Test« hat im April 2012 22 lustfördernde Produkte getestet, darunter Vibratoren, Dildos und Liebeskugeln. Fazit: »Hochpreisig und hochbelastet. Inzwischen setzen viele Hersteller auf Silikon statt der billigen, aber problematischen Kombination aus PVC und (Phthalat)-Weichmachern. Doch leider ist auch das keine Garantie dafür, dass die Spielsachen schadstofffrei sind.« Nur zwei der 22 Produkte konnten uneingeschränkt empfohlen werden. Selbst bei teuren Marken fanden sich Schadstoffe wie Dibutylzinn (DBT), das als fort-

pflanzungsgefährdend und fruchtschädigend eingestuft ist [17]. Nachdem 2007 der erste Öko-Test mit dem Sexspielzeug von Orion durchgeführt worden war, hatte das Unternehmen auf die Ergebnisse direkt reagiert. In Zusammenarbeit mit dem Bureau Veritas und dem TÜV wurden die Schadstoff-belasteten Artikel überarbeitet. Orion gab auf Anfrage folgende Auskunft:

»Wir haben bereits zwischen 2009 und 2011 alle PVC-Produkte, welche Phthalat-haltig sind, überarbeitet. Einige sind jetzt aus Phthalat-freiem PVC (entsprechend der EU-Spielzeugrichtlinie), andere aus TPE (Thermoplastische Elastomere) oder TPR (Thermoplastic Rubber/Thermoplastischer Gummi). Die Umstellung war sehr teuer, für uns aber alternativlos. Die Materialien TPE und TPR spielen eine große Rolle, da diese günstiger sind als Silikon. TPE ist zudem deutlich elastischer als Silikon. Ein Verbot von Phthalaten in allen körpernahen Produkten wäre sinnvoll« [18].

## Hygiene

Beim gemeinsamen Gebrauch von Sextoys besteht die Möglichkeit, sich mit sexuell übertragbaren Infektionen (STI) anzustecken. Das gilt für den Bereich Sexarbeit, aber auch für Swingerclubs und sonstige sexuelle Zusammenkünfte, bei denen nicht auf die Einhaltung von Safer Sex geachtet wird. Sextoys kommen in der Regel mit Körperflüssigkeiten wie Speichel, Sperma, Vaginal- und Analsekret oder Blut in Kontakt. Daher sollten sie besonders gereinigt oder mit Kondomen überzogen werden. Im Fachhandel gibt es spezielle Reinigungsmittel. Hygiene ist wichtig, denn

»Scheidensekret und Sperma bieten einen unwahrscheinlich guten Nährboden für Mikroorganismen. Diese sammeln sich in Rillen, Materialporen und anderen schlecht erreichbaren Bereichen von Sexspielzeugen an. Besonders

Spielzeuge aus porigen Kunststoffen, wie Super-/Cyberskin oder Gummi- und Jellymaterialien bieten Bakterien, Keimen und Pilzen hervorragenden Platz, um sich auszubreiten. Wird ein Erotikspielzeug einige Tage, Wochen und Monate achtlos und ungereinigt gelagert und später wieder in die Scheide eingeführt, kann es zur Infektionen, zu Entzündungen und zur Störung der Scheidenflora und der Harnwege kommen. Ebenso können bei Männertoys Harnwegsinfekte auftreten» [19].

In diesem Hygiene-Ratgeber für Sextoys werden zwar gezielt Männertoys angesprochen. Gibt man im Internet die Stichworte »Sextoys und Hygiene« ein, findet man sonst aber vor allem Informationen zu Sextoys für Frauen. Ansonsten wird Hygiene eher im Zusammenhang mit Safer Sex und STI erwähnt und weniger in Bezug auf Keime aus dem eigenen Körper. In diesem Bereich fehlt vor allem die Information, dass Sextoys nach dem Gebrauch im Analbereich ohne Schutz oder Reinigung aufgrund der Bakterien im Darm nicht direkt im Vaginalbereich Anwendung finden dürfen.

Die Sexualpädagogin Daniela Stegemann hat eine Informationsbroschüre erarbeitet, die sich an Menschen aller Geschlechter und aller sexueller Orientierungen richtet [20]. Hier werden ganz genaue Anweisungen gegeben, wie mit den unterschiedlichen Toys umgegangen werden soll:

- Die Toys nicht zwischen den Personen wechseln.
- Die Toys durch Kondome, Fingerlinge oder Haushaltsfolie schützen.
- Die Toys nach der Benutzung auswaschen, auskochen, gegebenenfalls unter Verwendung von Lederwaschmitteln.

## Anwendung in der partnerschaftlichen Sexualität

Nähe und Zärtlichkeit, Erotik und Lust bekommen eine neue Bedeutung, wenn wir die

Auffassung von Sexualität über den reinen Geschlechtsakt und die Lust hinaus um den Beziehungsaspekt erweitern. Es geht nicht nur um die pure Lust und schon gar nicht um den perfekten Körper. Es geht um Intimität und Nähe. Es geht auch darum, die eigenen Wünsche und Bedürfnisse überhaupt erst einmal zu entdecken und mitzuteilen. Es ist erstaunlich, wie wenig oft langjährige Paare über die eigenen Wünsche und die des anderen wissen. Es geht darum, die Möglichkeiten anderer sexueller Praktiken aufzuzeigen, um damit die Erlebniswelt zu erweitern und um Entspannung zu ermöglichen. Es geht darum, deutlich zu machen, dass es Frauen gar nicht so sehr um die Erektion, sondern um die emotionale und zärtliche Verbindung zum Partner geht, um dadurch auch die Lust am Ausprobieren und das Entdecken sinnlicher Genüsse zu wecken. Und es geht vor allem auch darum, den Mann vom Druck des »Funktionieren-Müs-sens« zu befreien. Dabei kann auch erotisches Spielzeug in die Lust miteinbezogen werden. Bleibt eine Erektion aus, sei es aus Leistungsdruck oder aufgrund einer Prostata-OP, stellt sich für viele Männer die Frage nach der Befriedigung der Frau. Die Sexualmedizin konzentriert dabei sich auf die Wiederherstellung der Erektion. Hier muss aber auch auf andere Möglichkeiten der Befriedigung aufmerksam gemacht werden!

Männern fehlt häufig der Zugang zu anderen Arten von Sinnlichkeit und vor allem der zum eigenen Körper. Viele ältere Männer sind mit einer Sexualmoral aufgewachsen, die Sexualität als eine Angelegenheit betrachtete, »die nur in der Liebe ihre wahre Erfüllung finden konnte, alles andere galt als schmutzig. Liebe veredelte das >tierische Geschehen<, Verlobung adelte die Sexualität, Ehe setzte ihr die Krone auf« [21]. Die Auswahl an sexuellen Praktiken ist oftmals sehr eingeschränkt. Und so stimulieren sich nur zwei Drittel der über 50-Jährigen gegenseitig manuell an den Genitalien. Auch Oralverkehr findet weniger Verbreitung in den älteren Jahrgängen als in

den jüngeren [22]. Hier spielt sicherlich auch noch das alte »Dampfkesselmodell« eine Rolle. Sex wird als eine Art Dampfablassen angesehen: Kurz und knapp, routiniert, dabei wenig lustvoll [23]. Aber auch unter jüngeren Männern grassiert die physiologisch nicht haltbare Vorstellung vom Samenstau. Dass die Partnerin wenig Interesse daran verspürt, hier als eine Art Auffangbecken zu dienen, ist wohl nachvollziehbar. Deshalb ist es umso wichtiger, deutlich zu machen, dass Sex eine Form der Kommunikation ist, ein Ausdruck von Liebe und Intimität. Und nur dann, wenn wir uns dabei gut, aufgehoben, angenommen und akzeptiert fühlen, entfaltet Sexualität ihre gesundheitsfördernde Wirkung. Vor allem gilt es, auf beiden Seiten zu entlasten, sowohl vom Penetrations- als auch vom Orgasmusdruck.

Dazu gehört auch, sich mit dem eigenen Körper und dem des anderen zu beschäftigen. Und dazu gehört auch, sich auszutauschen und gemeinsam herauszufinden, was Lust bereiten kann. Es macht Spaß, gemeinsam herauszufinden, welche Berührungen erregend sind und welche Fantasien man ausprobieren möchte. Ehrlichkeit dem Partner oder der Partnerin gegenüber ist dabei sehr wichtig. Wünsche und Befürchtungen sollten angesprochen werden und fördern dabei auch die Kommunikation innerhalb der Partnerschaft über Sexualität. Wichtig ist, dass sich beide Partner damit wohlfühlen und Lust am Ausprobieren haben. Der Koitus sollte dabei nicht im Mittelpunkt stehen. Deshalb ist es auch eine gute Möglichkeit, für eine Zeit lang bewusst ganz darauf zu verzichten und zu entdecken, wie man sich gegenseitig auf anderen Wegen Lust und Höhepunkte verschaffen kann. Humor steht dabei ganz weit oben auf der To-Do-Liste. Denn Sexualität soll Spaß machen. Und nicht immer weiß man gleich, wie etwas funktioniert oder was man damit machen soll. Ausprobieren und wenn es nicht klappt, darüber lachen und weitermachen.

An dieser Stelle muss allerdings auch deutlich gesagt werden, dass Sextoys nur eine Er-

weiterung der sexuellen Möglichkeiten sind. Voraussetzung ist eine intakte Beziehung. Beate Pech äußert sich dazu wie folgt:

»Sie [die Verfasserin des Beitrags] haben Recht, dass der Druck auf beiden Seiten immens hoch ist und es viele Informationsdefizite gibt. Die syndyastische Sexualtherapie zielt ja gerade darauf ab, die >Beziehungslust< zu fördern und den spielerischen Umgang mit Sexualität und Intimität wieder zu erlangen. Dazu ist der spielerische Einsatz von Sextoys auch eine Option, aber eher dann das i-Tüpfelchen nach Wiedererlangung eines normalen, stressfreien Umgangs mit Sexualität. Davon sind die meisten Paare, die wir sehen, meilenweit entfernt. Zuerst muss die Fixierung auf Penetration und Orgasmus als einzige wahre und erstrebenswerte Sexualität aufgelöst und Sexualität als >gemeinsames Werk< gesehen werden. Oder wie Prof. Loewit sagt: >Als körpersprachlicher Ausdruck der Paarkommunikation<< [24].

Zur Erläuterung: Die syndyastische Sexualtherapie »kümmert sich um das >Ganze<: Den einzelnen Partner und das Paar, die Qualität der Beziehung und der in ihr gelebten Sexualität, die Verbindung von Lust und Beziehung« [25].

## **Handlungsempfehlungen**

### **Handlungsempfehlungen für Information und Bildung**

Das Geschäft mit Sexspielzeug boomt weitestgehend abgeschnitten von wissenschaftlicher Forschung und Aufklärung. Wir brauchen jedoch mehr Aufklärung über die sachgemäße und lustvolle Anwendung von Sextoys. Und wir brauchen Studien darüber, wie sich zunehmende Verbreitung von Sexspielzeug auf das persönliche Erleben von Sexualität auswirkt. Was passiert, wenn sich Sexualität immer mehr auf das schnelle Erreichen eines Höhepunk-

tes reduziert? Welche Folgen hat der anonyme Kauf von Sexspielzeug? Wie wirkt sich der Gebrauch von Vibratoren auf die sexuelle Empfindsamkeit aus? Können Sextoys auch andersherum gerade für die Sensibilisierung eingesetzt werden? Was macht es mit einem Paar, wenn die Partnerin nur mithilfe ihres Vibrators zum Höhepunkt kommt?

Wir können heute alles im Internet nachlesen. Zahllose Informationsseiten und Ratgeber informieren über Stellungen, Sexpraktiken, Verhütungsmittel, Do's and Don'ts beim Sex, das erste Mal, den Orgasmus, sexuelle Funktionsstörungen usw. Zu jedem erdenklichen Thema gibt es ein Forum, in dem sich Betroffene und Interessierte austauschen können. Relevante medizinische Fragen bleiben dabei jedoch offen bzw. werden unzureichend oder sogar falsch beantwortet. Da sich das Geschäft zunehmend auf den Online-Bereich konzentriert, entfällt auch die persönliche Beratung durch qualifizierte MitarbeiterInnen in den Geschäften des Einzelhandels. Konkrete Fragen, wie zum Beispiel zur Anwendung von Penisringen, Penispumpen oder Produkten aus der Analerotik können nicht geklärt werden. Das kann die Gefahr von Verletzungen auch im Bereich der Autoerotik erhöhen. Sinnvoll wären hier ein offizielles Informationsportal bzw. fundierte und allgemein zugängliche Informationsbroschüren, in denen über die richtige Anwendung und auch die Risiken beim Gebrauch von Sexspielzeug aufgeklärt wird.

## **Empfehlung für Politik**

Unter der Überschrift »Gesundheitliche Risiken« wurde auf die gesundheitsschädliche Wirkung von sogenannten Weichmachern hingewiesen: Fortpflanzungsgefährdend und fruchtschädigend. Hierbei gilt:

»Zu den fatalen Wirkungen kommt es nicht sogleich. Werden die Substanzen jedoch über einen längeren Zeitraum aufgenommen, sam-

meln sie sich im Körper an. Das kann in bestimmten Fällen auch über Hautkontakt geschehen – vor allem dann, wenn es sich um oft benutzte Gegenstände handelt« [26].

Sexspielzeug kommt jedoch nicht nur mit der Haut, sondern vor allem auch mit den Schleimhäuten in Kontakt. Über die Produkte gezogene Kondome können diesen direkten Kontakt verhindern. Das ist jedoch nicht immer möglich. Und vielen auch gar nicht bekannt, vor allem, wenn auf die Verwendung dieser Schadstoffe nicht ausdrücklich hingewiesen wird. Die EU-Kommission hat den Einsatz einiger als besonders biologisch wirksam eingestufter Phthalate in Kinderspielzeug, Babyartikeln, Kosmetika oder Lebensmittelverpackungen inzwischen verboten [27]. Es wäre darüber nachzudenken, ob ein solches generelles Verbot auch für den Vertrieb von Sexspielzeug sinnvoll wäre. Phthalat-haltige Produkte sollten durch Phthalat-freie ersetzt werden.

## **Schlussfolgerungen**

Sextoys kann man verteufeln, Sextoys kann man als Konsumgut abtun, Sextoys kann man ignorieren. Aber eines sollte man dabei nicht vergessen: Es gibt sie und zwar in rauen Mengen. Und sie machen etwas mit uns. Sie sind heute weder aus der partnerschaftlichen Sexualität noch aus der Autoerotik wegzudenken. Auf der anderen Seite setzt die Fixierung auf Erektion und Koitus Männer wie Frauen unter Druck. Wenn wir es schaffen, den Fokus jenseits vom Geschlechtsverkehr auf eine spielerische, weniger genitalzentrierte Sexualität zu richten, wenn die männliche Erektion nicht mehr maßgeblich verantwortlich ist für eine erfüllte Sexualität und von diesem Druck befreit wird, kann Sexspielzeug eine sinnvolle Erweiterung der sinnlichen Genüsse darstellen. Es bietet sich die Chance auf mehr Zärtlichkeit, auf mehr Intimität, Nähe und Befriedigung. Dazu brauchen wir jedoch For-

schung und Aufklärung. Beschreiten wir also neue Wege jenseits der genitalen Begegnung, entdecken wir unsere Lust am ganzen Körper und nehmen endlich den Druck raus! Wer die genital praktizierte Sexualität um neue Erfahrungen bereichern möchte, hat mit der Welt der vielen bunten Sextoys eine ganze Bandbreite an Möglichkeiten zur Verfügung. Niemand, der nicht möchte, muss. Aber jeder, der Lust hat, kann!

## Literatur

- 1 Sigusch V. Sexualitäten: Eine kritische Theorie in 99 Fragmenten. Frankfurt am Main: Campus; 2013:329.
- 2 Wikipedia: Sexspielzeug. [zitiert am 12.4.2016]. <https://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Sexspielzeug&direction=prev&oldid=155383030>.
- 3 ORION Versand GmbH & Co. KG. <https://www.orion.de/themenwelt/16-prostata>.
- 4 Orion. Email vom 31.03.2016.
- 5 Uhse B, Pramann U: »Ich will Freiheit für die Liebe«. Beate Uhse. München, Econ Ullstein List; 2001:112ff.
- 6 Orion. Email vom 31.03.2016.
- 7 Dummer N. Beate Uhse, Eis.de, Amorelie. Die Renaissance des Erotikhandels. Wirtschaftswoche online. [zitiert am 29.6.2016]. <http://www.wiwo.de/unternehmen/handel/beate-uhse-eis-de-amorelie-die-neue-kundschaft/11838356.de.html>.
- 8 Beate Uhse Aktiengesellschaft. Geschäftsbericht; 2015: 2–6.
- 9 Hettstück M. Krise bei Beate Uhse eskaliert. Finance. 2.2.2016 [zitiert 20.6.2016]. <http://www.finance-magazin.de/strategie-effizienz/kosteneffizienz/krise-bei-beate-uhse-eskaliert-1372831/>.
- 10 Meixner S. Orion-Versand: Umsatz geht nach starkem Vorjahr zurück. neuhandeln.de. 23.6.2015 [zitiert am 20.6.2016].
- 11 Orion. Email vom 31.03.2016.
- 12 Beate Uhse. Email vom 31.03.2016.
- 13 Camrath J. Amorelie: Ein Start-up für die Liebe. The Wall Street Journal. 22. 8. 2014 [zitiert am 29.6.2016]. <http://www.wsj.de/nachrichten/SB10001424052970203679204580107223229716244.html>.
- 14 Welke S. Enthüllt! So beliebt ist Sexspielzeug wirklich. Amica. [zitiert am 4.4.2016]. [http://www.amica.de/liebe-psychologie/liebe-sex/heisser-blick-in-deutschlands-betten-enthuellt-so-beliebt-ist-sexspielzeug-wirklich\\_id\\_3727022.html](http://www.amica.de/liebe-psychologie/liebe-sex/heisser-blick-in-deutschlands-betten-enthuellt-so-beliebt-ist-sexspielzeug-wirklich_id_3727022.html).
- 15 Briken P, Berner M. Praxisbuch Sexuelle Störungen: Sexuelle, Gesundheit, Sexualmedizin, Psychotherapie sexueller Störungen. Stuttgart: Georg Thieme; 2013:147.
- 16 Dipl.-Med. Beate Pech. Email vom 05.01.2016.
- 17 Öko Test. (Hrsg.). Vibratoren und anderes Sexspielzeug. ÖKO-TEST April 2012 [zitiert am 15.4.2016]. <http://www.oekotest.de/cgi/index.cgi?artnr=99747&bernr=06&seite=01>.
- 18 Orion. Email vom 21.04.2016.
- 19 o.V. Sextoy – Hygiene Ratgeber: Lagerung, Sauberkeit & Pflege, Ratgeber Sextoy Hygiene, Sexspielzeug will gepflegt und vernünftig gelagert werden. Lovetoytest.net [zitiert am 4.4.2016]. <http://www.lovetoytest.net/sextoy-infos/dildo-vibrator-hygiene.html>.
- 20 Stegemann D. Safer Sex – und wie machst du das so? Ein Handbuch. Osnabrück: Individualdruck; 2015:28–30.
- 21 Kolle O. Die Liebe altert nicht. Erfüllte Sexualität ein Leben lang. Düsseldorf: Econ ;1997:13.
- 22 von Sydow K, Seiferth A. Sexualität in Paarbeziehungen. Göttingen: Hogrefe;2015:9.
- 23 Schmidt G. Das neue Der Die Das. Über die Modernisierung des Sexuellen. Gießen: Psychosozial-Verlag; 2005:43.
- 24 Beier KM, Loewit K. Praxisleitfaden Sexualmedizin: Von der Theorie zur Therapie. Berlin Heidelberg: Springer; 2011:17.
- 25 Beier KM, Loewit K. Praxisleitfaden Sexualmedizin: Von der Theorie zur Therapie. Berlin Heidelberg: Springer; 2011:V.
- 26 von der Weiden S. Die unsichtbare Gefahr aus dem Plastikmüll. Die Welt. 24.2.2014 [zitiert am 15.4.2016]. <http://www.welt.de/gesundheit/article125155672/Die-unsichtbare-Gefahr-aus-dem-Plastikmuell.html>.
- 27 Umweltbundesamt (Hrsg.). Phthalate. Die nützlichen Weichmacher mit den unerwünschten Eigenschaften. Februar 2007 [zitiert am 15.4.2016]. <http://www.umweltbundesamt.de/sites/default/files/medien/publikation/long/3540.pdf>.