



Liebe Leserinnen und Leser,

erinnern Sie sich noch an die Zeiten, als Nacktszenen im Theater oder auf dem Fernsehbildschirm einen Skandal verursachten? Verglichen mit früher leben wir heute dagegen in einer Zeit der sexuellen Inflation. Von der Werbung bis ins Internet werden wir mit verführerischen Reizen bombardiert. Gerade so, als wollten wir die Prüderie vergangener Jahrhunderte im Eilschritt hinter uns lassen. Keine noch so merkwürdig anmutende Spielform der Lust bleibt unerwähnt, keine ungestellte Frage ohne Antwort.

Aber hat uns dieser Scheinsieg der sexuellen Revolution auch glücklicher gemacht? Offenbar nicht! Denn trotz der heftigen Bemühungen Oswald Kollers und seiner Nachfolger leiden erstaunlich viele Männer und Frauen unter sexuellen Störungen. Diese betreffen beim schönen Geschlecht mehr die Erlebnisfähigkeit, bei den Herren führen eher körperliche Gründe zum Misserfolg.

Sigmund Freud hielt die Sexualität für den stärksten Trieb des Menschen. Zugleich gehört sie jedoch auch zu den stör anfälligsten Bereichen. Erziehung, Erfahrungen und äußere Bilder entscheiden mit darüber, ob die Lust zur Last wird. Offen und zugleich behutsam, ohne Druck oder Drängen sollten wir mit der sensiblen Urgewalt umgehen, raten Experten.

Wer auf sexuelle Erfüllung verzichtet, weil „es“ nicht gleich wie erhofft klappen will, vergibt mehr als nur ein paar Augenblicke der Lust. Sex ist auch gesund – für Körper und Seele. Und Störungen, egal welcher Form, braucht niemand mehr einfach hinzunehmen, ergaben unsere Recherchen zur Titelgeschichte. In den meisten Fällen bieten Ärzte oder Psychologen heute wirksame Hilfe an.

Ihr

Dr. F. Jürgen Schell  
Ressortleiter Medizin und Psychologie



titelthema

**Lust statt Frust** 6-9  
Hilfe bei sexuellen Störungen

meldungen

**Schock aus dem Meer** 4  
Muscheln bedrohen Allergiker

gesund leben

**Hohe Lebensmittelqualität** 10  
Schadstoffe unter Kontrolle

**So purzeln die Pfunde** 12  
Übungsgeräte im Vergleich



**Puls als Maß des Trainings** 13  
Technik überwacht Herzfrequenz

**Richtig essen in der Schwangerschaft** 14  
Was Sie und Ihr Baby brauchen



**Haupt ohne Haar** 15  
Das muss kein Schicksal sein

**Darm unter Stress** 16  
Verdauung spielt verrückt

**Gelassener durchs Leben** 17  
Das Kraut gegen Angststörungen

medizin & rat

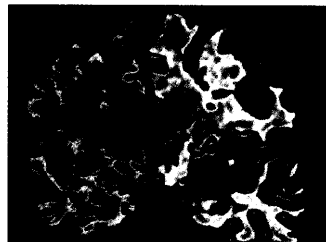
**Beratung entscheidend** 18  
Arzt als Partner des Vertrauens

**Laser verkocht Geschwülste** 19  
Neue Therapie bei Darmkrebs

**Herz in Not** 20  
Wenn die Pumpe schlappmacht

**Alarm für Ihre Augen** 21  
Sehkraft im Alter bedroht

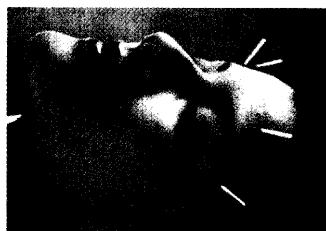
**Alzheimer bremsen** 22  
Medikamente und Merktzettel



**Gefährliche Parodontitis** 23  
Gesunder Mund, gesunder Körper

**Berufe im Gesundheitswesen** 24  
Physiotherapeut beim Hausbesuch

**Wer bezahlt die Akupunktur** 25  
Ärzte und Kassen im Streit



**Hausmittel bei Erkältungen** 26  
Die sanfte Alternative

bunte seiten

**Wenn der Vogel ausrückt** 28  
Tipps von Fernsehtierarzt  
Dr. Rolf Spangenberg

**Rätselseite** 29

**Promitreff** 30  
Claudia Schiffers Diät

**Impressum** 30