

Akzent

Magazin für Kultur und Gesellschaft

1 | 25

Januar

Liebe & Sexualität

Lust und Leben

Intimität im Alter

Sexarbeit

Käufliche Liebe in Basel

Verhütung

Zwei Frauen berichten

Pro Senectute beider Basel

Experimentelles Malen

Hinweis zum Titelbild → S. 1

**Pro Senectute
beider Basel**

bb.prosenectute.ch

Liebe Leserin, lieber Leser



Liebe und Sexualität – zwei Begriffe, die so alt sind wie die Menschheit selbst und doch immer wieder neu entdeckt werden.

In einer Welt, die sich ständig verändert, bleibt aber eines konstant: das Bedürfnis nach Nähe, Verlangen und emotionaler Verbindung.

Die aktuelle Ausgabe widmet sich diesen Themen, die jede Generation auf ihre Weise erlebt und definiert. Unsere Geschichten beleuchten die Schönheiten der Liebe ebenso wie rechtliche und wirtschaftliche Aspekte, den Wandel des Körpers, der Leidenschaft, gesellschaftliche Dynamiken sowie individuelle Erfahrungen. Und wir stellen fest: Liebe kennt keine Grenzen – weder in Bezug auf Geschlecht, Herkunft, Weltanschauung oder Alter.

Doch wie verändern sich Beziehungen oder Sexualität im Laufe unseres Daseins? Welche Freiheiten schenkt uns die Zeit? Und wie gelingt es, in jedem Lebensabschnitt offen für Neues zu bleiben? Vielleicht entdecken Sie neue Facetten an sich selbst.

Viel Freude beim Lesen –
und beim Lieben!

Rebecca Häusel, Redaktionsleiterin

Erläuterung zum Titelbild

Das Titelbild dieser Ausgabe ist ein Symbolbild und steht stellvertretend für das Schwerpunktthema. Trotz Bemühungen, ältere Paare für ein Shooting zu finden, erhielten wir nur Absagen. Unser Dank gilt den beiden Personen, die sich für das Titelbild zur Verfügung gestellt haben.

Die Inhalte unseres Magazins entstehen stets in Zusammenarbeit mit lokalen Mitwirkenden.

Titelfoto: Ursula Sprecher

Inhalt

SCHWERPUNKT

- 4 Sexualität im Alter
Lust kennt kein Alter
- 8 **Filmtipps**
- 9 Mundart-Kolumne
Dr Karatelehrer
- 10 Umbrüche und Wendepunkte
«Veränderungen können immer passieren»
- 12 Partnersuche
Neubeginn im Netz
- 16 Käufliche Liebe
Komplexer Wirtschaftszweig
- 20 Liebe im Judentum
Verliebtheit endet, Liebe bleibt
- 24 Liebesgeschichten
Vom Kaiserpaar bis zum Poeten
- 28 Heiraten
Das wichtigste «Ja» des Lebens
- 32 Verhütung
Wie Frauen über ihre Körper entscheiden
- 36 Orte der Liebe
Liebe im öffentlichen Raum

- 2 **KURZ & BÜNDIG**
- 3 Impressum
- 40 **IHRE SEITE**
- 41 **MEDIENTIPPS**
- 42 **KULTURTIPPS**

PRO SENECTUTE BEIDER BASEL

- 44 Aktuell
Hilfsmittel: Mit Herz und Kompetenz
- 45 Café Nona
Rezept: Linzertorte
- 46 Bildung und Kultur
- 52 Digitale Medien
- 53 Sport und Bewegung



Ja oder Nein? Heiraten kann auch ein gesellschaftspolitisches Statement sein.

Die käufliche Liebe und das liebe Geld



Im jüdischen Liebesleben ist einiges anders, erklärt Karin Selig.



Damals
und heute

Wie Frauen über ihre Körper entscheiden



«Freundinnen redeten vom Zyklus und davon, wie sie sich je nach Phase anders fühlten. Das konnte ich nicht.» Noemie Keller ist 26 Jahre alt. Im April hat sie sich entschieden: Schluss mit Hormonen. Die Spirale kam raus. Musste raus, wie sie sagt. «Ich merkte, ich will diesen Fremdkörper nicht mehr in mir haben.»

«Zwischen 1959 und 1962 habe ich die Ausbildung zur Krankenpflege gemacht, danach zur Instrumentierschwester [A. d. R.: Pflegeperson, die dem Chirurgen bei einer Operation assistiert]. Über Gynäkologie haben wir viel gelernt, Verhütung war aber nie Thema. Das ist schon verrückt.» Ursula Nakamura ist 85 Jahre alt. Von der Pille hörte sie erstmals 1965 in England, wo sie sich zur Hebamme ausbilden liess. Während eines Besuchs bei Freundinnen kam die Frage auf: «Ursula, what do you think about the pill?» «The pill?»

Von «Krokodildung» über Scheidenspülung zur Pille und wieder zurück zur hormonfreien Verhütung: Von jeher prägen unterschiedliche Verhütungsmethoden das sexuelle Leben der Frauen.

Text **Claire Micallef** • Fotos **Ursula Sprecher**



Autonomie über den Körper

Verhütung ist keinesfalls ein Phänomen des 20. und 21. Jahrhunderts. Im alten Ägypten sollen Frauen zu «Krokodildung» gegriffen haben. Die Inhaltsstoffe, unter anderem Kot eines Krokodils, veränderten das chemische Scheidenmilieu und blockierten die Beweglichkeit der Spermien. In der römischen und der griechischen Antike trankten Frauen Schwämmchen mit kontrazeptiven Substanzen wie Granatapfelkernen oder Ingwer und führten sie in die Scheide ein. Damit wurde die Säuren-Basen-Ausgewogenheit in Scheide und Gebärmutter so beeinflusst, dass die Spermien auf ungünstige Aufnahmebedingungen trafen.

Über die Jahrhunderte fanden diverse Methoden zur Schwangerschaftsverhütung ihre Anwendung. Mal mehr, mal weniger erfolgreich. Ein Gamechanger erfolgte 1957: Die Pille «Envoid» kam auf den US-Markt, zuerst bloss zur Regulierung von Menstruationsbeschwerden, ab 1960 als erstes hormonelles Verhütungsmittel. Wohlgerichtet nur für Frauen gedacht, die verheiratet waren und mehrere Kinder hatten.

Daran erinnert sich auch Ursula Nakamura. «Uns behüteten jungen Frauen und Männern wurde beigebracht, Sex vor der Ehe gehe schlicht nicht. Und wer trotzdem Sex hat, macht einen Blödsinn und ist verantwortungslos.»

Nachdem Nakamura von der Pille erfahren hatte, war diese zwar für sie selbst kein Thema («Ich hatte keinen Freund und hätte auch keine Zeit gehabt»), die hormonelle Verhütung gewann aber in ihrer Ausbildung als Hebamme in London an Bedeutung, besonders bei der Beratung junger Mütter. Sie erkannte damals, wie ungleich die Vorstellungen von Verhütung waren, und stellt heute fest: «Insbesondere die kulturellen Unterschiede waren enorm.»

Die Pille gab den Frauen die Autonomie über ihre Körper. «Im «Textbook for Midwives» von Margaret F. Myles aus dem Jahre 1967 – das war für mich eine Art Bibel, die ich überall mitgeschleppt habe – steht, die Pille sei sehr gut und man solle schauen, dass Frauen zukünftig vermehrt Zugang zu ihr haben», verrät Ursula Nakamura.

- ◀◀ Ursula Nakamura hörte 1965 zum ersten Mal von der Hormonpille, als sie sich in England zur Hebamme ausbilden liess.
- ◀ Nach Jahren hormoneller Verhütung entschied sich Noemie Keller dieses Jahr, damit aufzuhören.

Doch sie steht der damals verwendeten Hormontablette auch kritisch gegenüber. «Mit den Hippies, der Studentenbewegung und der feministischen Revolution Ende der 1960er-Jahre gehörte es dazu, dass Frauen mit verschiedenen Männern Sex hatten. Dies führte leider häufig zur Übertragung von sexuellen Krankheiten, viele sind jung daran gestorben.»

Sie selbst entschied sich nach der Geburt ihrer zweiten Tochter für die hormonelle Verhütung mit der Pille. «Ich fand das wunderbar, ich hatte auch keine grossen Nebenwirkungen ausser etwas Kopfschmerzen. Und mit den regelmässigen Kontrollen beim Gynäkologen fühlte ich mich richtig gut umsorgt.» Nakamura vertritt auch heute die Meinung: «Die Pille ist noch immer die beste Verhütungsmethode für Frauen.»

Zermürbende Odyssee

Als Noemie Keller ihren ersten Freund hatte, suchte sie zum ersten Mal eine Gynäkologin auf. Sie wollte verhüten. Das Gespräch war kurz, eine Untersuchung gab es nicht: Rauchst du? Gab es mal eine Thrombose in der Familie? Nein? Also Pflaster oder Pille. «Es fühlte sich an: «Ah, sie ist jetzt 16, sie will bald Sex, also kriegt sie die Pille», erinnert sich Keller. Informationen zu Nebenwirkungen – ausser der Anweisung, nicht zu rauchen – gab es keine.

Für die junge Frau begann eine «zermürbende» Odyssee. Wegen Gewichtszunahme wechselte sie die Pille. Die Kilos gingen wieder runter, die Haut wurde besser, die Brüste grösser, doch sie hatte Stimmungsschwankungen, fühlte sich dünnhäutig, die Blutung wurde unregelmässig. Neue Pille. Starke Gewichtszunahme, keine Libido, depressive Verstimmung. Neue Pille. Keine Verbesserungen. Hormonspirale. «Mit der Spirale fühlte ich mich nicht mehr so überempfindlich, aber mein Gefühlsspektrum war eingeschränkt», so Keller.

Nach fünf Jahren Hormonspirale und insgesamt zehn Jahren hormoneller Verhütung zog sie den Schluss-

strich. «Seit ich eine Frau bin, weiss ich nicht, wie ich ohne Hormone bin. Ich fragte mich: Warum tue ich mir das alles an, wenn es auch anders geht?»

Trotzdem, verteufeln will sie Hormone auf keinen Fall. «Wer keine Nebenwirkungen hat oder wer an Endometriose leidet, ist vielleicht mit Hormonen richtig bedient. Alle müssen für sich abwägen und herausfinden, was für ihren Körper funktioniert.» Sie selbst wird aber nicht wieder hormonell verhüten. «Ich habe das Gefühl, ohne bin ich mehr ich selbst, der Schleier ist weg.»

Mit ihrem Entscheid, den Hormonen abzuschwören, ist Keller nicht allein. Auf den sozialen Medien wie TikTok teilen junge Frauen ihre Erfahrungen, seit sie nicht mehr hormonell verhüten, und ermutigen zur hormonfreien Verhütung.

Auch in der Schweiz hat die Pille an Popularität eingebüsst. Schluckten laut dem Bundesamt für Statistik 1992 52 Prozent der Frauen die Pille, waren es 2022 noch 10 Prozent. Ist somit die goldene Ära der Pille, die in den 1960er-Jahren als Symbol der sexuellen Befreiung gefeiert wurde, vorbei?

Verhütung als Puzzleteil

«Insgesamt beobachten wir gerade bei den jüngeren Generationen eine Tendenz weg von Hormonen und eher hin zum natürlichen Zyklus», sagt Philipp Quaas, Oberarzt in der Frauenklinik des Universitätsspitals Basel und spezialisiert auf Reproduktionsmedizin sowie gynäkologische Endokrinologie.

Zudem kommen Frauen deutlich informierter über die verschiedenen Methoden der Verhütung in seine Sprechstunden. Gerade bei jüngeren Frauen stammt das Wissen oft von den sozialen Medien. Besorgt sei er dadurch nicht: «Das macht die Arbeit eigentlich noch etwas interessanter.» Seine Aufgabe sei es, mit den Patientinnen alle verschiedenen Möglichkeiten zu besprechen und allenfalls die eine oder andere Unwahrheit zu korrigieren.

«Da bin ich natürlich der «Schulmediziner», aber bei sämtlichen hormonellen Verhütungsmethoden haben wir Daten, auf die ich mich beziehen kann. Zum Beispiel von Frauen, die zunehmen mit der Pille. Aber auch von Frauen, die abgenommen haben. Andere haben keine Gewichtsschwankung festgestellt. Genauso verhält es sich mit der Libido.»

Ähnlich sieht Quaas die Situation bei der Frage, ob die hormonelle Verhütung nun überholt sei. Während gewisse Frauen von der hormonellen Zyklusregulierung profitieren, ist es für andere besser, auf Hormone zu verzichten. «Bei der Wahl der Verhütung gilt, die Methode muss individuell auf die Patientin abgestimmt sein und wie ein Puzzleteil in ihr Profil und in ihre Lebenssituation passen.»

Und was ist mit der Pille für den Mann?

Bis hier haben Sie in diesem Artikel 17 Mal das Wort «Frau» gelesen. «Mann» kam bisher nur im obigen Zwischentitel vor. Verhütung ist noch immer Frauensache,



Philipp Quaas betont die Wichtigkeit von fundierten Informationen für die Patientinnen, damit diese individuell ihre passende Verhütungsmethode wählen können.



dies zeigt bereits ein Blick auf die heute gängigen Verhütungsmethoden. Während Frauen zwischen Pille, Spirale, Diaphragma, Vaginalring etc. wählen können – oder müssen –, stehen den Männern in der Schweiz gerade mal zwei Optionen zur Verfügung: Kondom und Sterilisation.

Dabei mangelt es nicht an Erfindergeist (z. B. ein Schalter im Hodensack), und bereits seit Ende der 1980er-Jahre wird die Pille für den Mann in regelmässigen Abständen immer wieder angekündigt.

«Die Pille für den Mann wäre ja eine gute Sache, aber wie wird kontrolliert, dass er sie tatsächlich eingenommen hat?», fragt Ursula Nakamura. Noemie Keller sieht es ähnlich: «Ich habe das Gefühl, viel mehr Männer sind sich mittlerweile der Verantwortung bewusst und auch bereit, diese zu teilen. Aber es ist schwierig, du gibst die Kontrolle ab, und am Ende ist es dein Körper, der die Konsequenzen trägt.»

Die Diskussion, ob schlussendlich Mann oder Frau die Pille einnimmt, ist aktuell noch obsolet. Diverse Forschungen widmeten sich in der Vergangenheit zwar der hormonellen Verhütung für den Mann – zum Beispiel testete die WHO eine Hormonspritze an männlichen Probanden –, keine führte allerdings zu einem marktreifen Produkt.

Philipp Quaas ordnet ein: «Die Frau hat bei der Geburt eine vorgegebene Anzahl an Eizellen. Diese vorprogrammierte Reserve lässt sich einfacher mit Hormonen regulieren als beim Mann.» Zwar hätte die gleiche Herangehensweise mit Hormonen eine ähnliche Wirkung, nämlich, dass die Produktion beziehungsweise die Bereitstellung der Keimzellen nicht mehr erfolgt. Der Unterschied besteht allerdings darin, dass der Mann, anders als die Frau, keine vorgegebene Reserve hat und die Spermien immer wieder neu produzieren muss. «Wenn man das unterbricht, kann es nach einer gewissen Dauer dazu führen, dass irgendwann gar keine Spermien mehr produziert werden können.»

Es bewegt sich aber etwas auf dem Gebiet. Eine neue Studie, die die Beweglichkeit der Spermien hemmen und somit den Mann für 24 Stunden sterilisieren will, wurde bereits erfolgreich an Mäusen getestet. «Hier besteht grosses wirtschaftliches Interesse, dass diese Forschung vorangetrieben wird», sagt Quaas. Das Produkt erwarte er zwar nicht im nächsten Jahr, aber vielleicht ist es in fünf bis zehn Jahren so weit. ■



Gern sitzt hier wohl niemand drauf:
Der Gynäkologiestuhl kommt unter anderem
beim Einsetzen der Spirale zum Einsatz.

Sich selbst oder andere beschenken?



Für 36 Franken
vier Ausgaben im Jahr.

info@akzent-magazin.ch, 061 206 44 44



Mit der Kulturlegi von Caritas können Sie das Akzent Magazin zum halben Preis abonnieren. → kulturlegi.ch

Jetzt ein
Probeexemplar
bestellen!
(Gratis)

**Pro Senectute
beider Basel**

bb.prosenectute.ch