

# Radfahren und Erektionsstörungen



**Autor**

**Priv.-Doz. Dr. Frank Sommer**

# Einleitung

© Priv.-Doz. Dr. Frank Sommer  
[www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)

**46 % der Amerikaner = 62 Millionen Männer  
fuhren im Jahr 1999 Fahrrad**

*American cycling magazine 2000*

## Top Ten Sportarten in Deutschland

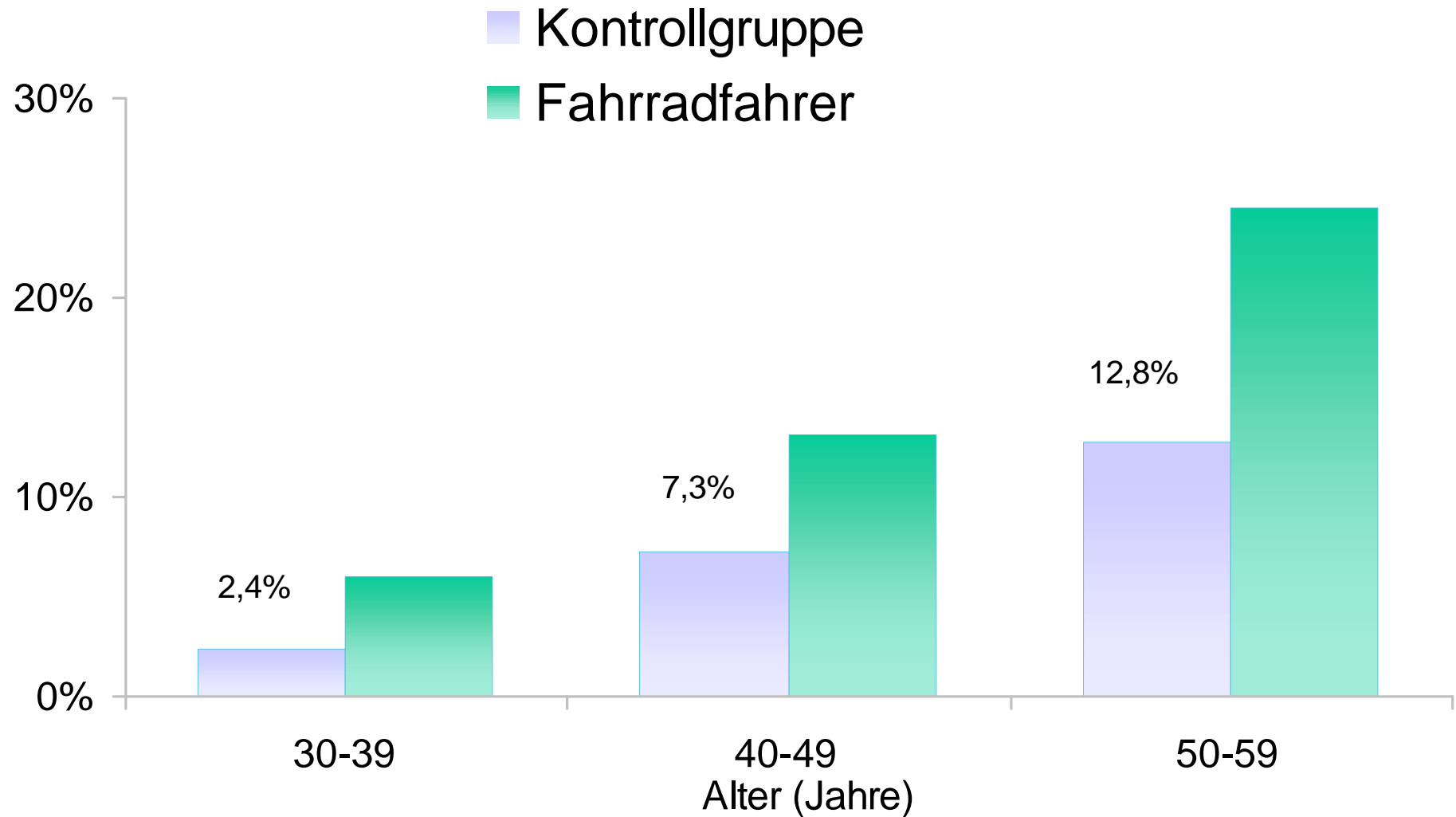
***Nr. 1: Radfahren (17 Millionen)***

*Tour 1997*



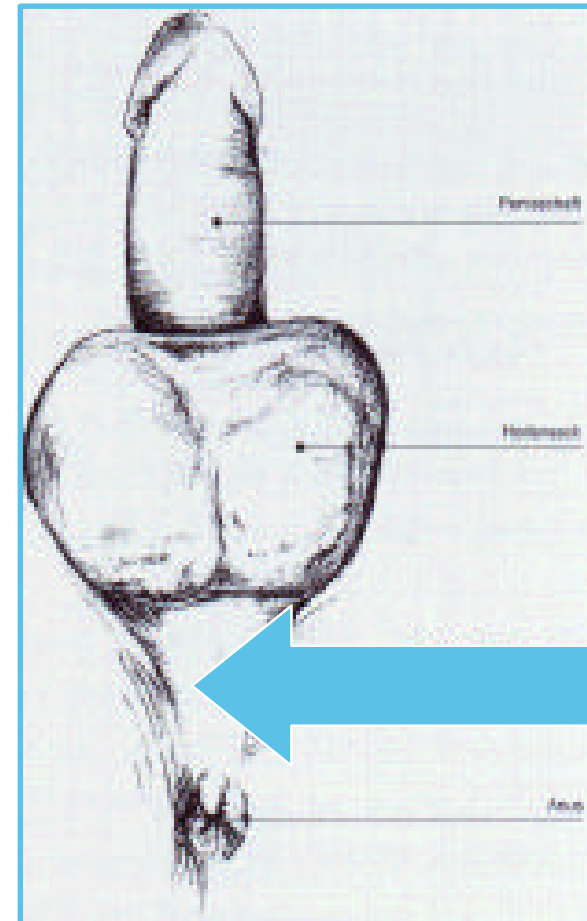
# Prävalenz der erektilen Dysfunktion

© Priv.-Doz. Dr. Frank Sommer  
[www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)



# Perineale Kompression ...

**... während des  
Radfahrens  
scheint für viele  
Fälle von  
Erektionsstörun-  
gen verantwortlich  
zu sein!**



# Hippokrates



**„ ... das permanente Herumrutschen auf dem Pferderücken verursachte eine Störung in der Fähigkeit GV durchzuführen ...“**

# Macht Radfahren Erektionsstörungen?

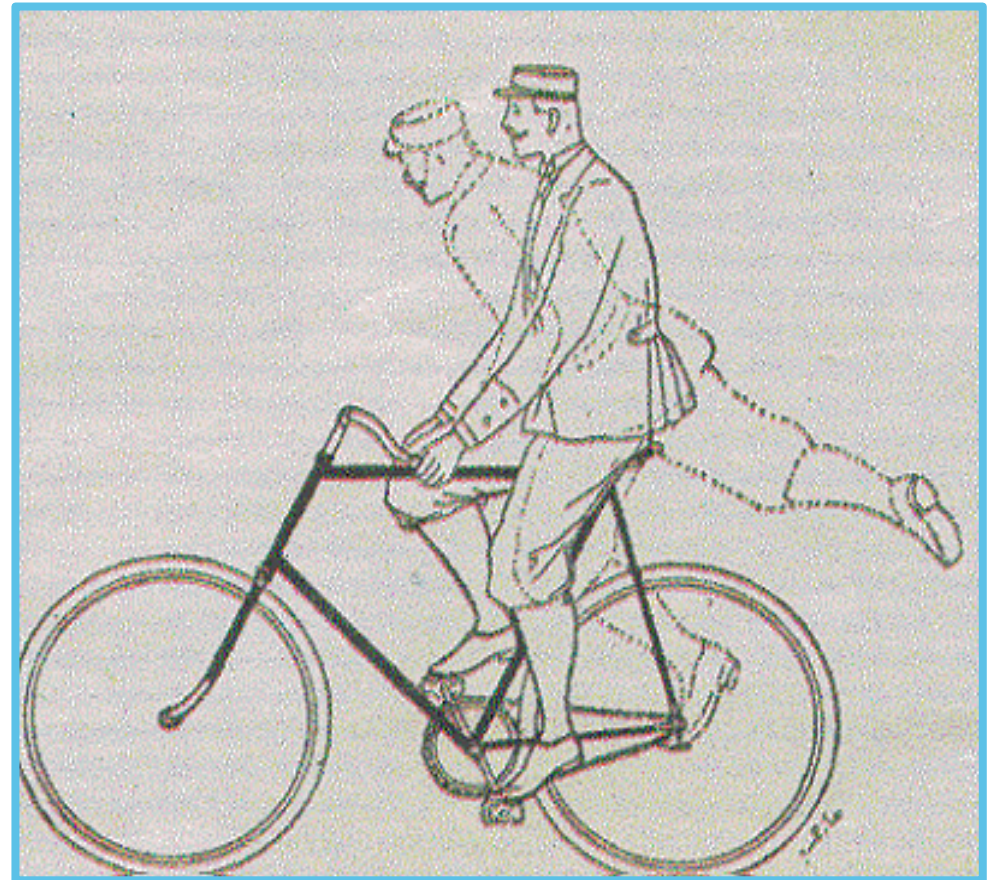
© Priv.-Doz. Dr. Frank Sommer  
[www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)

## Bernstein (1896)

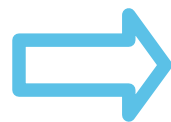
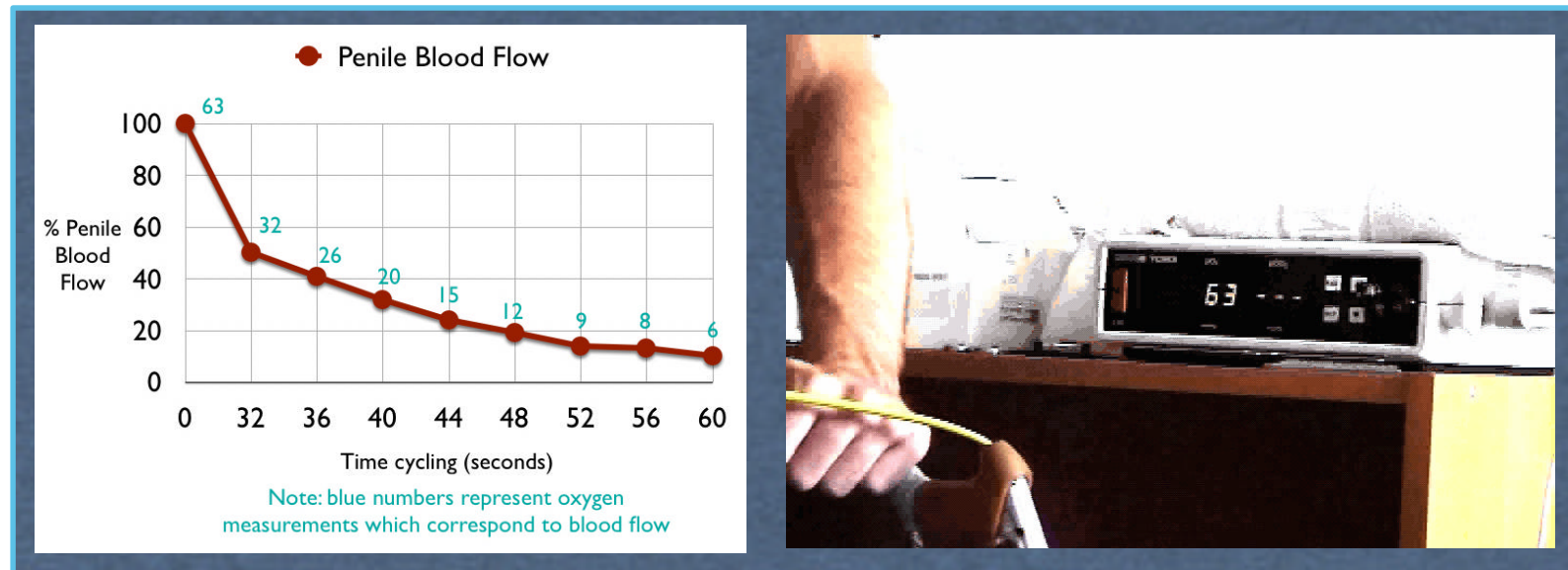
„ ... unzweckmäßige  
Sättel führten zur  
Hodenatrophie und  
Impotenz ...“

## Beer (1898)

„ ... völlige Anästhesie  
des Gliedes nach  
längeren Touren ...“



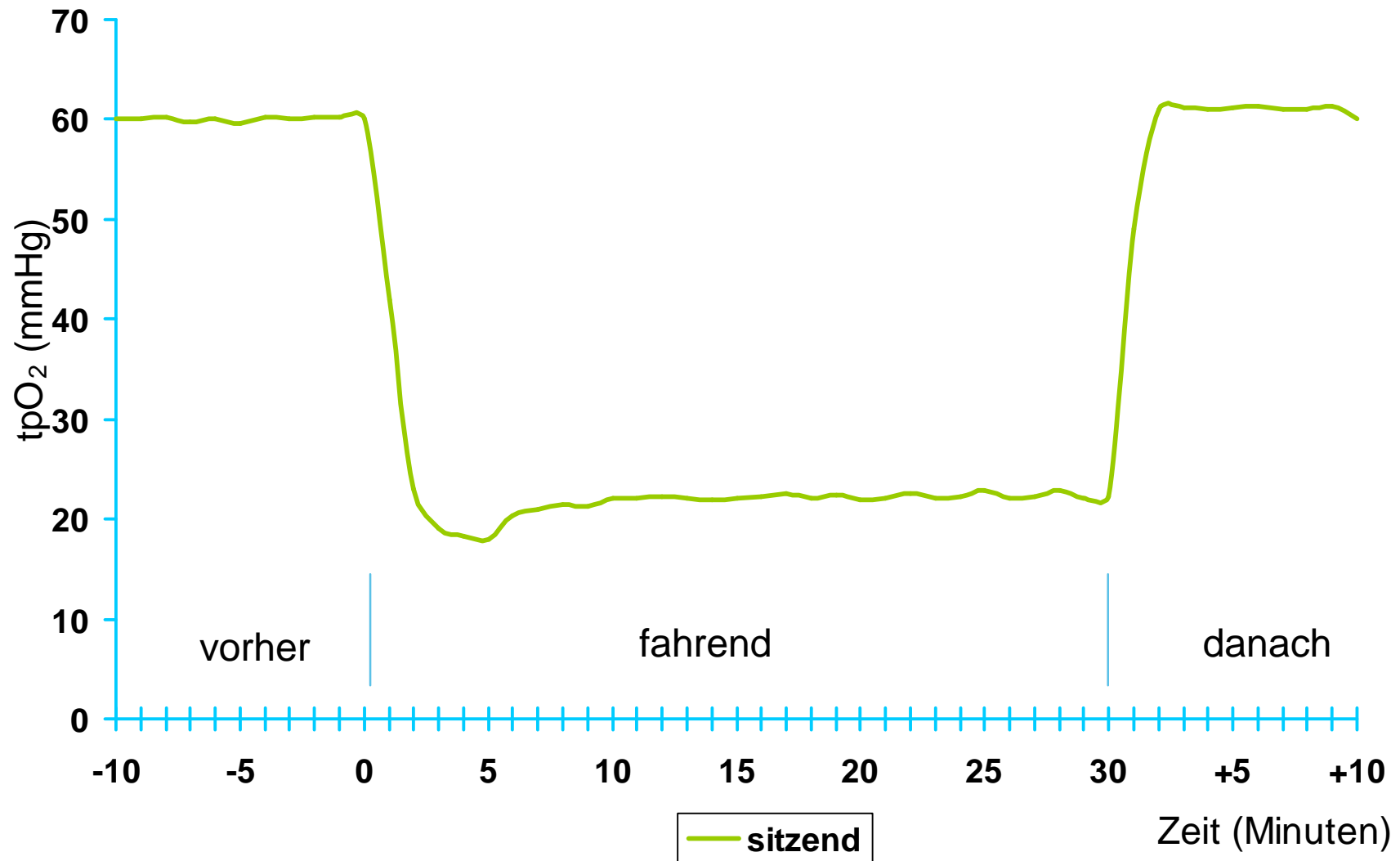
# Lab-Test



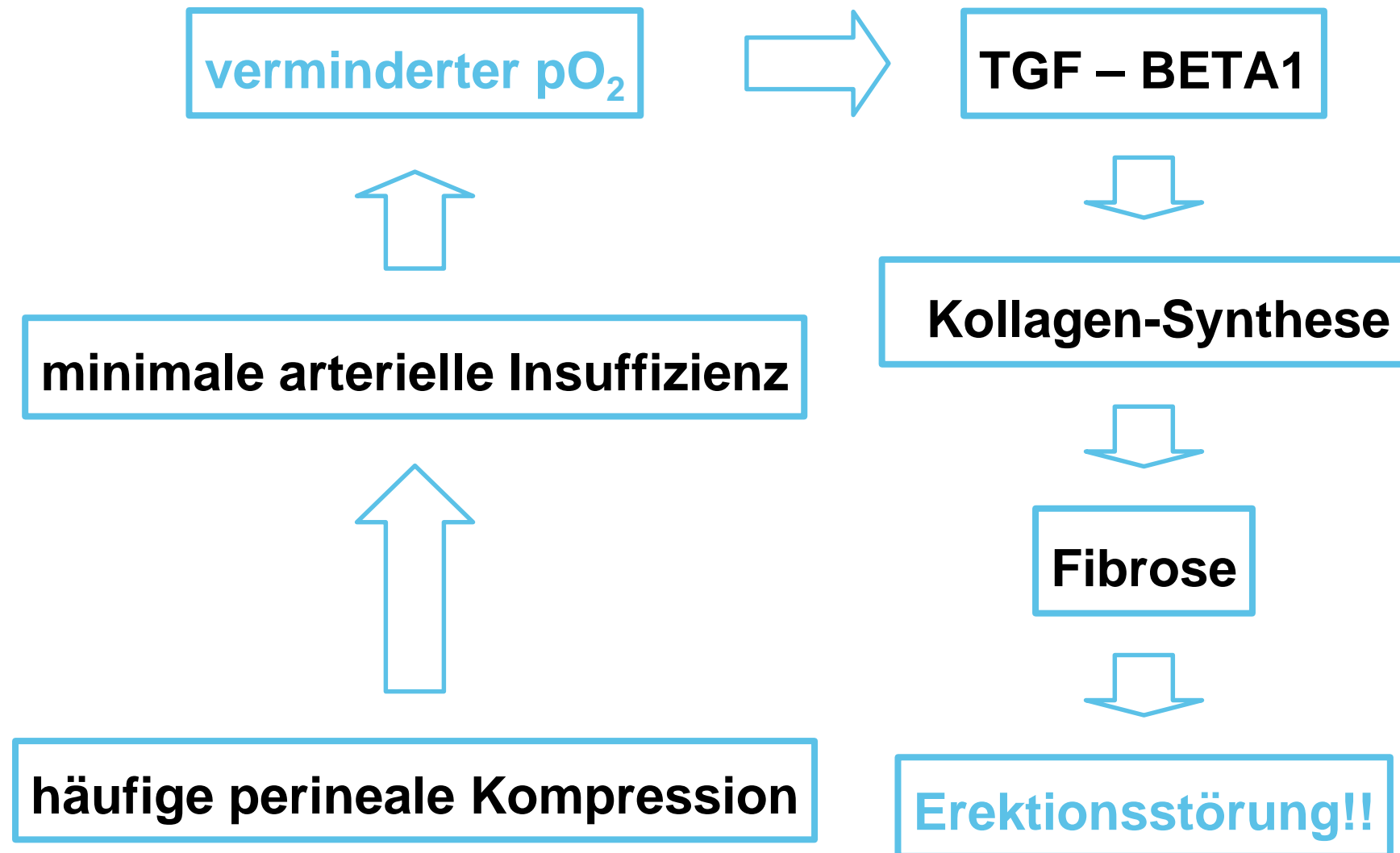
**Film kann unter  
[www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)  
angesehen werden.**

# Die tpO<sub>2</sub>-Mittelwerte bei Fahrrad- fahrern in verschiedenen Positionen

© Priv.-Doz. Dr. Frank Sommer  
[www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)

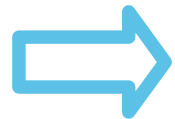


# Ursachen der ED



# Empfehlung

- regelmäßiger Positionswechsel
- horizontale Einstellung des Sattels
- richtige Einstellung der Sattelhöhe
- Berücksichtigung des Satteldesigns
- Alternative: Benutzung eines Liegefahrrads
- Wenn das alles nichts hilft ...



**kann der Patient seine Durchblutung während des Radfahrens messen lassen.  
Information unter [www.maennergesundheit.info](http://www.maennergesundheit.info)**