

Neue Studie: Freude an Erotik ist keine Frage des Alters Deutsche Boomer genießen die Liebe heute intensiver als früher



Ein erfülltes Sexleben gibt es durchaus auch weit jenseits der Lebensmitte

Quelle: iStock

[300dpi](#)

Die meisten glauben, Erotik und Leidenschaft seien vor allem ein Thema für junge Menschen. Eine aktuelle, groß angelegte Studie von Global Perspectives im Auftrag von Eroxon zeigt jedoch: Die Lust auf Intimität verändert sich vor allem mit der Dauer der Beziehung – und weniger mit dem Lebensalter. „Ein 55-Jähriger, der frisch verliebt ist, kann durchaus häufiger Sex haben als ein 35-Jähriger, der schon lange Jahre mit derselben Partnerin zusammen ist“, bestätigt auch Androloge und Sexualmediziner Prof. Michael Zitzmann. Die Umfrage unter mehr als 2.000 Deutschen offenbart noch weitere überraschende Insights zum Thema „Silver Sex“.

Die menschliche Sexualität verändert sich im Lauf des Lebens kontinuierlich – in Abhängigkeit vom Hormon- und Beziehungsstatus, von den Lebensumständen, der körperlichen Fitness sowie mit dem Lebensalter. Doch auch, wenn die Sturm- und Drangphase der Zwanziger schon einige Jahrzehnte zurückliegt: ein erfülltes Sexleben gibt es durchaus auch weit jenseits der Lebensmitte.

Frühlingsgefühle beflügeln – in jedem Alter

Wie die aktuelle Studie von Eroxon zeigt, die im März 2024 in Zusammenarbeit mit Perspectives Global durchgeführt wurde, hängt die Häufigkeit sexueller Begegnungen mindestens ebenso sehr von der Dauer der Beziehung ab wie vom Lebensalter: So haben 84 Prozent der befragten Babyboomer, die zwar über 50 Jahre alt sind, aber erst seit maximal fünf Jahren in einer neuen Beziehung leben, mindestens ein- bis zweimal pro Monat Sex. 60 Prozent aus dieser Gruppe geben an, sogar ein- oder mehrmals pro Woche mit dem Partner oder der Partnerin intim zu sein. Geradezu trist sieht die Lage im Vergleich bei den jüngeren Befragten zwischen 20 und 50 Jahren aus – zumindest jenen, die in langjährigen Beziehungen leben: Aus dieser Gruppe landen nur noch 73 Prozent wenigstens einmal pro Monat mit dem oder der Liebsten im Bett, und nur noch jeder Zweite ein- bis mehrmals pro Woche.

Liebesleben verändert sich aus vielen Gründen

Zweifellos kommen mit den Jahren mehr gesundheitliche Probleme ins Spiel, die sich negativ auf das Intimleben auswirken können. Auch das schlägt sich in den Ergebnissen der Eroxon-Studie nieder, nach der 45 Prozent der Befragten angeben, mit zunehmendem Alter weniger Sex zu haben. 13 Prozent der Teilnehmer sagten, sie seien heute weniger leicht erregbar als früher; zehn Prozent stellen einen Rückgang ihrer Libido fest und neun Prozent leiden unter handfesten körperlichen Einschränkungen. Generell nehmen mit den Jahren oft Kondition und Beweglichkeit ab, Frauen klagen nach der Menopause oft über Trockenheit im Intimbereich oder abnehmende Libido, und chronische Erkrankungen wie Diabetes und Bluthochdruck beeinflussen die Erektionsfähigkeit.

Unter einer anhaltenden erektilen Dysfunktion (ED) leiden in Deutschland nach Schätzungen von [Experten](#) sechs bis acht Millionen Männer: das bedeutet, der Penis wird nicht mehr steif genug oder die Erektion kann nicht ausreichend lange aufrechterhalten werden, um einen für beide Partner befriedigenden Liebesakt zu vollziehen. Betroffene sollten unbedingt einen Andrologen oder Urologen aufsuchen. Oft ist eine ED nämlich ein Anzeichen für ein gravierenderes gesundheitliches Problem, was abgeklärt werden muss. Außerdem sollte eine Aufklärung über Behandlungsmöglichkeiten erfolgen: Von PDE-5-Hemmern wie Viagra oder Cialis über mechanische Anwendungen wie eine Penispumpe bis hin zu Medizinprodukten zur äußerlichen Anwendung wie Eroxon, welche praktisch frei von Nebenwirkungen sind.

Erektile Dysfunktion beeinträchtigt beide

Ein aktiver Umgang mit ED ist umso wichtiger, als sie nicht nur dem Mann zu schaffen macht: Während 45 Prozent angaben, Erektionsprobleme würden als "stark belastend" für das eigene Selbstwertgefühl empfunden, bewerten 41 Prozent der Befragten eine ED als zumindest "belastend" für die Partnerschaft. Immerhin sieben Prozent sehen darin sogar einen möglichen Trennungsgrund. Besonders wichtig ist daher auch, offen über Sex sprechen zu können: für immerhin zwölf Prozent der Umfrageteilnehmer funktioniert der verbale Austausch bei diesem Thema nicht. Dabei kann ein offener Umgang ganz neue Möglichkeiten für die Zweisamkeit eröffnen: Mehr als die Hälfte der Befragten gab nämlich auch an, die Penetration sei für ein erfüllendes sexuelles Erlebnis gar nicht besonders wichtig. Sinnliche Massagen oder andere Formen der erotischen Begegnung versprechen nicht weniger intensiven Genuss: Über die Hälfte der Best Ager 50+ nehmen sich dazu mindestens ein bis zwei Stunden oder mehr Zeit fürs Liebesspiel (alle Altersgruppen: 43%). So sagen allen Einschränkungen zum Trotz 75 Prozent der reiferen Umfrageteilnehmer, dass sie ihre Intimität heute ebenso oder sogar mehr genießen als früher.

Anzahl der Anschläge (inkl. Leerzeichen): 4.731

Mehr Informationen zu **Cooper Consumer Health** gibt es unter:
www.eroxon.de.



Quelle: Cooper Consumer Health
[300dpi](#)

Das bereitgestellte Bildmaterial darf mit Quellenangabe (Quelle: **iStock**) zur Berichterstattung über das Unternehmen sowie im Zusammenhang mit unseren Pressetexten honorar- und lizenzfrei verwendet werden. Für weiteres Bildmaterial und weitere Informationen zu den Produkten können Sie sich gerne jederzeit an uns wenden.

Bei einer Veröffentlichung freuen wir uns über ein kurzes Feedback oder ein Belegexemplar an comcepta.

Pressekontakt:

comcepta

Gesellschaft für strategische Kommunikation mbH

Johanna Thompson

Wattstraße 11

13355 Berlin

Tel. +49-30-2325 77681

Fax 089/998 461-20

cooper-cch@comcepta.de

Über Cooper Consumer Health

Cooper Consumer Health ist ein führendes unabhängiges europäisches OTC-Unternehmen, das sich auf Entwicklung, Herstellung und Vertrieb einer breiten Palette von OTC-Markenprodukten konzentriert. CCH (Cooper Consumer Health) hat seinen Hauptsitz in Paris, Frankreich, und ist derzeit in sechs Ländern in Europa und Hongkong tätig. CCH ist auch im Export aktiv, was die Reichweite der Marken weltweit ausdehnt. Cooper Consumer Health hat sich zum Ziel gesetzt, einen gesünderen Lebensstil zu fördern und baut dabei auf drei Säulen: Menschen, betriebliche Grundlagen und Verbraucherlösungen.

Über Eroxon

Mit Eroxon bringt der französische Hersteller Cooper Consumer Health eine völlig neuartige Behandlungsmöglichkeit auf den deutschen Markt, die in klinischen Tests überzeugt, sicher der in Anwendung ist und in über drei von fünf Fällen innerhalb von nur zehn Minuten zu einer Erektion führt. Eroxon ist ab sofort auch in Deutschland zum Preis von knapp 30 Euro (für vier Anwendungen) erhältlich. Es wird rezeptfrei und vorerst hauptsächlich in Online-Apotheken angeboten.