

Sexologische
Balneotherapie
Kurortbehandlung
sexueller Störungen



MUDr. Robert Kovarik

INHALT

1. Über dieses Buch.....	1
2. Vorwort	3
3. Luxusfunktion kontra Stress	5
4. Individuelle oder Paartherapie?.....	7
5. Ein Problem der sexologischen Anamnese	8
6. Neurophysiologie der Sexualfunktionen	11
6.1. Die Vorbereitung des Organismus und der Genitalorgane für die sexuelle Funktion.....	11
6.1.1. Der hormonale, chemische Code	12
6.1.2. Der nervale, elektrische Code	12
6.1.3. Wie oben so unten.....	13
6.1.4. Die Schädlichkeit des chronischen Schmerzes.....	13
6.1.5. Optimierung der neurovegetativen Lage	14
6.1.6. Antagonismus zwischen den Gonadotropinen und Stresshormonen	16
6.1.7. Neurovegetative Signale unseres Lebens	17
6.1.8. Diagnostik der neurovegetativen Lage.....	19
6.2. Die Ausführung der sexuellen Funktionen	24
7. Kompensationsmöglichkeiten.....	32
7.1. Hormonwirksame nichthormonale Anwendungen.....	33
7.2. Wie entstehen hormonale Effekte ohne Hormone?	34
8. Das Rätsel der Scheidenfeuchtigkeit.....	36
9. Sexuelle Unterschiede zwischen Mann und Frau.....	40
9.1. Tomboyismus.....	43
9.2. Der Detumeszenstrieb.....	43
10. Klassifikation der funktionellen sexuellen Störungen	45
11. Balneotherapie.....	48
11.1. Neurovegetative Synchronisierung.....	50
11.2. Dynamische Chronotherapie. Die Umkehr der Reize	52
11.3. Der Tagesbiorhythmus	53
11.4. Begleitbedingungen jeder Therapie.....	54
11.5. Das potenzierende Verhalten und die neurovegetativ richtige Ernährung des Patienten	55
11.6. Unspezifischer sexueller Effekt jeder Kurortbehandlung.....	55
12. Fazilitätstherapie	58
12.1. Das Prinzip der Fazilitation	59
12.2. Die Gefahr der neuronalen Adaptation und ihre Abhilfe.....	62
13. Sexologisch wirksame Kuranwendungen	63
13.1. Thermotherapie, Wärmebehandlung	63
13.1.1. Wärmeregulation	63
13.1.2. Thermoregulatorische Volumenverschiebungen.....	67

13.1.3. Übersicht der mehrstufigen Wärmeregulation	68
13.1.4. Wärmeeffekte	69
13.2. Hydrotherapie, Wasserbehandlung.....	72
13.2.1. Hydrostatische Volumenverschiebungen	72
13.3. Kalte Anwendungen.....	73
13.3.1. Klassische Regeln der Kältetherapie	73
13.4. Volumenverschiebungen bei thermoregulatorischen und hydrostatischen Kombinationen	74
13.4.1. Kaltes Vollbad.....	74
13.4.2. Kaltes Halbbad	74
13.4.3. Warmes Vollbad	74
13.4.4. Warmes Halbbad	75
13.5. Wasservollbad 35 - 36 °C	76
13.6. Wasservollbad 37 °C	77
13.7. Wasservollbad 38 °C	77
13.8. Wasservollbad 39 °C	78
13.9. Wasservollbad 40 °C	78
13.10. Vaginale Solespülungen 40 – 44 °C	79
13.11. Perlbad, Luftsprudelbad, 35 – 37 °C	80
13.12. Kneippsche Hydrotherapie.....	81
13.13. Sexologische Anwendungskomposition A: (SAK-A).....	82
13.14. Sexologische Anwendungskomposition B: (SAK-B).....	82
13.15. Sexologisches Wirbelbad, 35 - 37 °C.....	83
13.16. Duschenstimulationen der Vulva.....	84
13.17. Kaltes Hodensackbad	84
13.18. Genitale Vakuum-Therapie	85
13.19. Peloide	87
13.19.1. Indifferentes Torfbreibad, 33 – 34 °C	87
13.19.2. Hyperthermisches Torfbreibad, 42 – 44 °C	88
13.19.3. Torfpackung und Fango, 44 °C	88
13.19.4. Vaginaler Moortampon. Das VAGIPEAT-Verfahren	89
13.20. CO ₂ -Behandlung, Kohlensäurebehandlung	92
13.20.1. Physiologie des CO ₂	92
13.20.2. Klassisches wässriges Kohlensäurebad	93
13.20.3. Geschlossene Kohlendioxyd Komfortgasbehandlung, (BIOTHERIK™).....	95
13.20.4. CO ₂ -Trockengasbad	98
13.20.5. CO ₂ -Sitzbad	100
13.20.6. CO ₂ -Vaginale Insufflation.....	100
13.20.7. Direktes CO ₂ -Genitalbad.....	101
13.21. Gynäkologische Vibrationstherapie.....	102
13.22. Reflexbehandlung.....	104
13.22.1. Subkutane CO ₂ -Gasinsufflationen.....	104
13.22.2. Elektrotherapie, Ultraschalltherapie	105
13.23. Massage.....	106

13.23.1. Klassische Massage.....	106
13.23.2. Reflexzonenmassage – Bindegewebsmassage.....	106
14. Psychotherapie	107
14.1. Rationale oder emotionale Psychotherapie?	107
14.2. Sexologische Balneotherapie als nonverbale Psychotherapie.....	108
14.3. Behaviorale sexuelle Übungstherapie	109
14.4. Entspannungsübungen.....	109
14.4.1. Autogenes Training	110
14.4.2. Muskelrelaxation nach Jacobson.....	111
14.5. Musiktherapie.....	112
14.5.1. Methode der „Emotionalen Katharsis“.....	113
14.5.2. Vulvo-Elektrokapazitätsplethysmographie nach Figar...	116
14.6. Liegekuren	135
15. Balneologische Strategien.....	136
15.1. Zentralisierungsstrategie	137
15.2. Nachahmungsstrategie.....	140
15.3. Substitutionsstrategie	142
15.4. Relaxationsstrategie	143
15.5. Analgetische Strategie.....	144
15.6. Anregungsstrategie	148
15.7. Fazilitätsstrategie	149
15.7.1. Spezifische sexologische Fazilitätstherapie	149
15.8. Kombinationen der balneologischen Strategien.....	151
16. Sexologische Behandlungstaktik.....	152
16.1. Grundprinzip des sexologischen Behandlungsplans.....	152
16.2. Beispiel einer Verordnung bei einer Frau	155
16.3. Beispiel einer Verordnung bei einem Mann	160
17. Indikationen der balneologischen Sexotherapie	164
18. Allgemeine Kontraindikationen der Kur, der hydrostatischen Belastung und der Wärmebelastung aus interdisziplinärer Sicht	166
18.1. Kontraindikationen der sexologischen Balneotherapie.....	167
19. Zwischenfälle während des Bades	168
19.1. Kreislaufkollaps	168
19.2. Herzrhythmusstörung	168
20. Vorteile der sexologischen Balneotherapie	170
21. Fazit.....	172
22. Zum Autor	173
23. Weiterführende Literatur.....	175



MUDr. Robert Kovarik

Das, was in diesem Buch vorgestellt wird, ist insofern einmalig, weil die Sexologische Balneotherapie als ein Fach noch gar nicht existiert und das Wissen darüber ein Spezialgebiet darstellt, von dem in der Weltliteratur so gut wie nichts zu finden ist.

Sexologische Balneotherapie widmet sich der primären, „technischen“ Seite der gesunden, nicht devianten Sexualität, welche aus vernetzten sensorischen Empfindungen sowie hormonellen und vor allem neurophysiologischen Reaktionen und Aktionen hervorgeht. Das Buch beinhaltet balneologische Informationen, welche sowohl aus den modernsten wissenschaftlichen Ergebnissen stammen als auch durch eigene sexologische und kurörtliche Erfahrungen des Autors auf diesem Gebiet seit 1975 begründet sind.

Dieses Buch über die physiologische Steigerung der sexuellen Aktivität und Reaktivität bei Mann und Frau richtet sich in erster Reihe an Ärzte, die in Kurorten arbeiten oder schon gewisse Kenntnisse auf dem Gebiet der physikalischen Therapie haben. Aber auch manche Heilpraktiker und das Laien-Personal in Wellness-Hotels können von diesem Buch profitieren, weil die Steigerung der Sexualität keine ausschließlich ärztliche Aufgabe ist. Dementsprechend wurde das Buch in einer leicht verständlichen Weise geschrieben.

Dieses Buch über die physiologische Steigerung der sexuellen Aktivität und Reaktivität bei Mann und Frau richtet sich in erster Reihe an Ärzte, die in Kurorten arbeiten oder schon gewisse Kenntnisse auf dem Gebiet der physikalischen Therapie haben. Aber auch manche Heilpraktiker und das Laien-Personal in Wellness-Hotels können von diesem Buch profitieren, weil die Steigerung der Sexualität keine ausschließlich ärztliche Aufgabe ist. Dementsprechend wurde das Buch in einer leicht verständlichen Weise geschrieben.