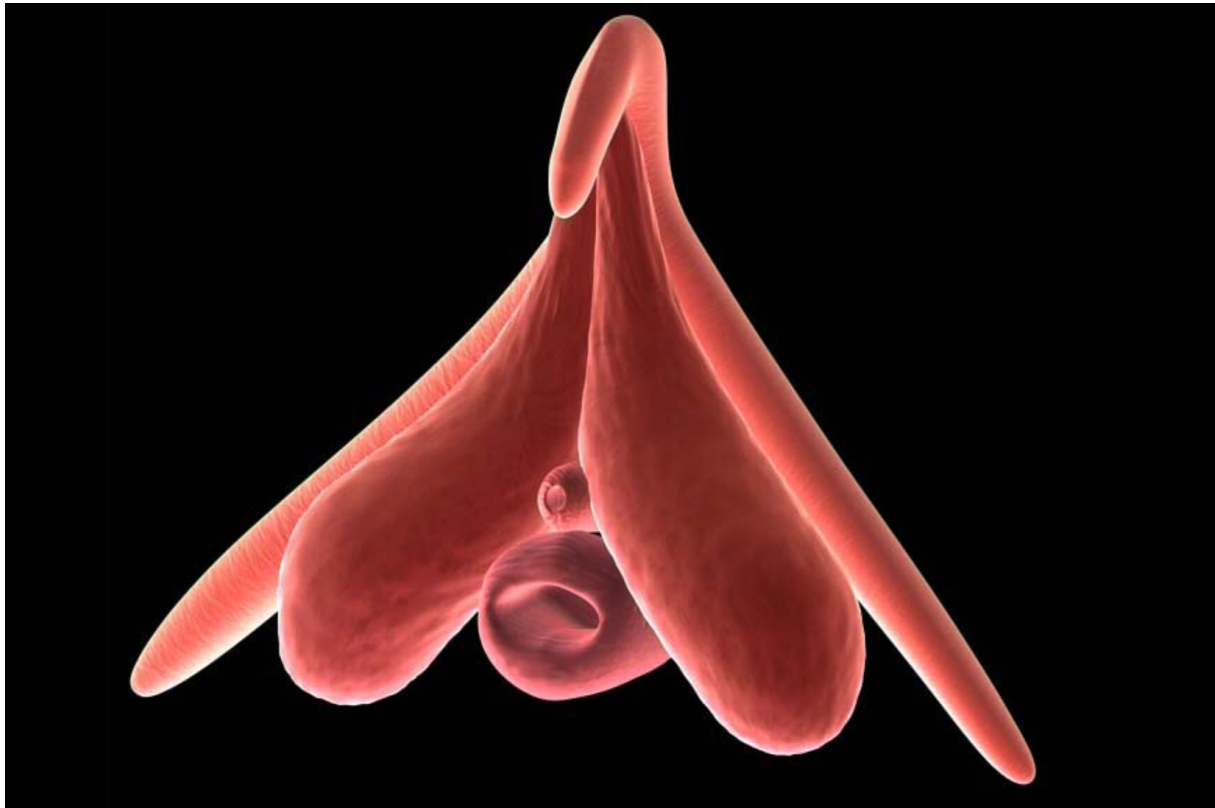


Der weibliche Orgasmus und die Klitoris



Klitoris, Vorderansicht. Abbildung aus dem Film „Klitoris, die schöne Unbekannte“, ARTE 2002.

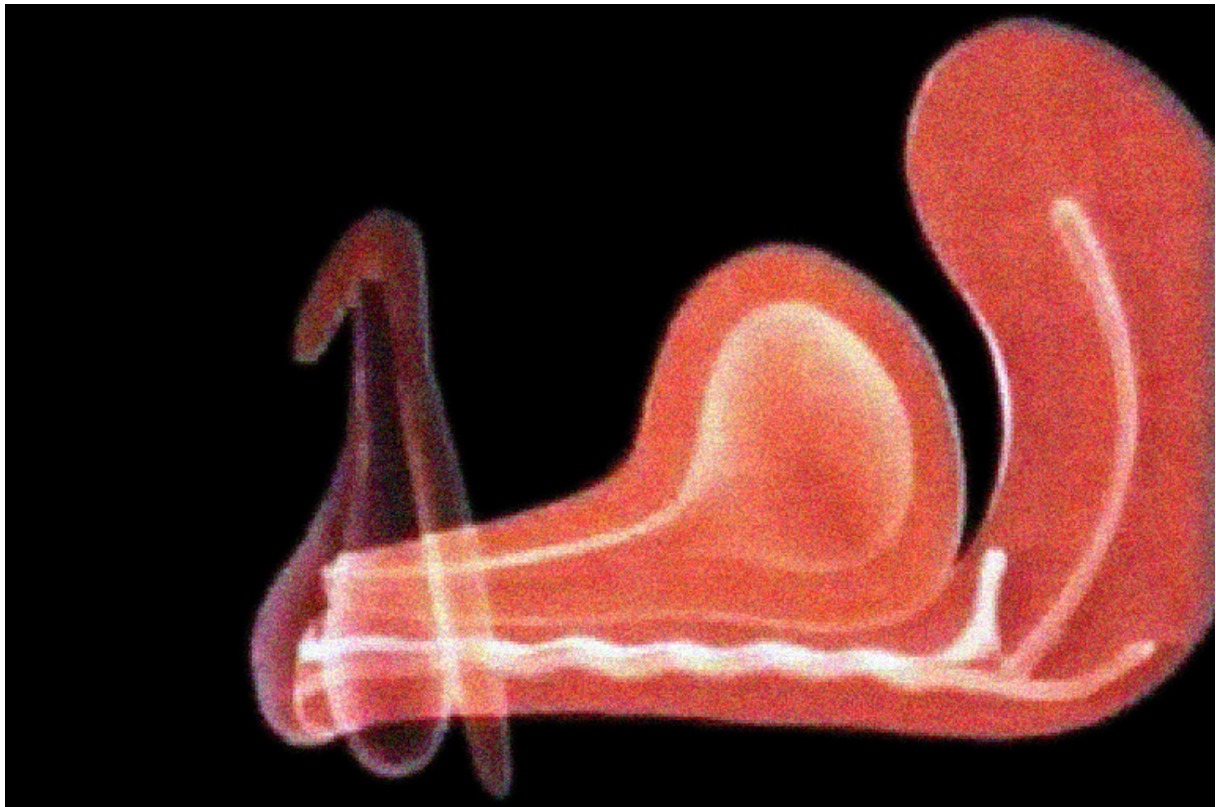
Wir danken dem langjährigen Primar auf der Gynäkologie im Krankenhaus Sterzing, Dr. Albin Thöni, Vorreiter der Wassergeburt, der uns diese Unterlagen zu Verfügung gestellt hat.

Eine Perle zwischen den inneren Venuslippen

So wird die Klitoris, falls überhaupt, in Schulbüchern oder Tamponpackungen dargestellt. Dieser äußerlich sichtbare Teil (oft auch „Kitzler“ genannt) ist aber nur ein kleiner Teil ihres Kopfes, die hochempfindliche Eichel. Der Kopf der Klitoris misst 4 cm und setzt sich in einem Körper fort, der in etwa so groß ist wie das Endgelenk des Daumens. Dieser Körper geht in zwei Arme über, die jeweils zwischen 7 und 12 cm lang sind. Dazu gehören sind zwei große Schwellkörper, die entlang der Klitorisarme (unterhalb der inneren Venuslippen bis hin zum After) verlaufen. Zwei weitere Schwellkörper laufen quer, der eine umschließt die Harnröhre, der andere die Scheidenöffnung.

Das Lustorgan

Die Klitoris ist damit ein Organkomplex, der sich tief in den Körper ausdehnt. Sie ist besonders berührungsempfindlich und empfänglich für sexuelle Reize, weil sie stark mit Nervenendungen ausgestattet ist. Wenn sich bei Erregung das Blut in den Schwellkörpern sammelt, vergrößert sich das Organ und wird hart und steif, ähnlich dem Penis eines Mannes.



Klitoris, Seitenansicht. Abbildung aus dem Film „Klitoris, die schöne Unbekannte“, ARTE 2002.

Den Fachfrauen das Wort

Einige Zitate aus dem Dokumentarfilm „Klitoris, die schöne Unbekannte“

„Die Klitoris ist der einzige Körperteil, dessen Funktion allein dem Lustempfinden dient.“ Natalie Angier - Schriftstellerin

„Wissenschaftszweige wie die Anatomie lehren uns nichts zu dem Thema. Die Beschreibungen in den meisten Lehrbüchern sind ziemlich ungenau oder sogar falsch. Und sind die wesentlichen Forschungsunterlagen fehlerhaft, so ist es wahrscheinlich, dass vieles, das daraus hervorgeht, ebenfalls fehlerhaft ist.“ Helen O’Connell – Urologin, Universität Melbourne

„Nur 30 % der Frauen haben einen Orgasmus während des Geschlechtsverkehrs. Anzunehmen, 70% jener Frauen, die dabei keinen Orgasmus haben, seien unreif oder litten an einer Funktionsstörung, ist eine Meinung, die ich mich hüte, zu vertreten.“ Ellen Laan - Professorin Klinische Psychologie, Universität Amsterdam

„Ist Ihr Orgasmus so intensiv, wie Sie es sich wünschen?“ Was bedeutet eine solche Frage? Plötzlich denke ich, als ganz normale Person, dass ich mir diese Frage noch nie gestellt habe. Ich weiß nicht, wie intensiv mein Orgasmus ist, oder wie intensiv er sein sollte; ich weiß nur, ob ich das Sexualleben mit meinem Partner genieße oder nicht.“ Leonore Tiefer, Professorin Psychiatrie, NYU School of Medicine

Höhepunkte

Es ist immer die Klitoris, die den weiblichen Orgasmus auslöst. Egal, an welcher Stelle eine Frau die Stimulation schätzt und Erregung empfindet, ob äußerlich am Kopf der Klitoris oder im Inneren der Scheide an den Schwellkörpern. Damit ist die kontrovers geführte Diskussion über die Unterscheidung zwischen klitoralem und vaginalem Orgasmus hinfällig. Denn ob eine Frau durch Stimulierung des Klitoriskopfes zum Orgasmus kommt oder durch Penisbewegungen: die Scheide ist höchstens passiv daran beteiligt, weil sie kaum Nervenenden besitzt. Das wissen alle Frauen, die während ihrer Menstruationsblutung Tampons tragen: Sitzt das Tampon gut, spüren sie es nicht. Wäre die Scheide mit hochsensiblen Nerven ausgekleidet, wäre der Geburtsvorgang viel zu schmerzhaft. Das heftige Zusammenziehen beim Orgasmus wird vielmehr von den Becken- und Klitorismuskeln verursacht durch die Stimulierung der Klitoris (äußerlich oder innerlich). Was sicher stimmt, ist, dass viele Frauen leichter und zuverlässiger durch direkte Reizung des Klitoriskopfes zum Orgasmus kommen. Allein der sich in der Scheide bewegende Penis versetzt Frauen selten in höchstes Verzücken. Die Vorlieben der sexuellen Stimulation sind so vielfältig wie die Lieblingsspeisen von Frauen und hängen nicht zuletzt davon ab, wie die Einzelne gelernt hat, Orgasmen zu erleben.

Selbst ist die Frau

Dabei spielt die selbst erzeugte Lust eine besondere Rolle: die Klitoristrägerin selbst weiß am besten, was ihre gerne mag! Es ist demnach wichtig, Selbstbefriedigung bei Frauen offen anzusprechen und sie zu ermutigen, sich daran zu erfreuen. Ver-

schiedene Untersuchungen belegen, dass Frauen, die sich regelmäßig selbst befriedigen, weniger über körperliche und psychische Beschwerden klagen und ein lustvolleres Sexualleben mit ihrem Partner oder Ihrer Partnerin führen als diejenigen, die es nicht tun. Diese Frauen leiden weit seltener an Menstruationsbeschwerden und erleben Geburten weniger schmerzhaft als anderen. Die Ermutigung zur Selbstbefriedigung oder sexueller Aktivität mit dem Partner ist daher wichtig.

Weibliche Ejakulation

Besonders tabuisiert ist nach wie vor die weibliche Ejakulation, der sogenannte „Freudenfluss“, den manche Frauen bei Stimulation der Klitorisschwellkörper erleben. Wie Klitoris und Penis aus derselben genetischen Anlage entstehen, ist auch bei Frauen eine Prostata angelegt (so wie Männer Brustwarzen haben). Die weibliche Prostata besteht aus vielen paraurethralen Drüsen, die im Harnröhrenschwellkörper liegen und der Klitoris als Organkomplex zugehörig sind. Bei gezielter Stimulation dieser Region im Inneren der Scheide (oft auch „G-Zone“ genannt), schwillt der Harnröhrenschwellkörper an und bildet das Ejakulat. Dieses kann durch die Harnöffnung ausfließen oder spritzen, wie bei einem Mann mit oder ohne Orgasmus. Wenn es nicht austritt, bildet es sich wieder zurück. Manche Frauen fürchten, uriniert zu haben und schämen sich. Dabei ist das Ejakulat in Geruch und Menge deutlich von Urin und Vaginalsekret zu unterscheiden. Einige Frauen berichten von bis zu einem dreiviertel Liter Flüssigkeit, die sehr gut duftet! Dies ist auch während eines Geburtsgeschehens nicht ungewöhnlich (und für die Gebärende lustvoll!), wird aber selten erkannt.

