Es lebe eure Sexualität!

Selbst bei Diabetes.

Ein Service von sanofi

Sexualität bei Diabetes?
Ja, das geht.
Wie, erfahrt ihr hier.

Reden wir über Sex. Über Lust, Liebe, Hormone, Erregung, Orgasmus und das, was in eurem Körper passiert. Reden wir über Diabetes und darüber, welche Auswirkungen Diabetes auf eure Sexualität im Allgemeinen und auf Sex im Speziellen haben kann.

Denn Diabetes kann euer Sexleben beeinflussen – mal mehr, mal weniger. Vielleicht sind Dinge plötzlich anders, fühlen sich komisch an oder laufen anders ab als früher. Unangenehme Gefühle oder herausfordernde Situationen könnten die Folge sein. Damit alles nicht so kompliziert bleibt, wie es am Anfang klingt, lasst uns darüber reden.

Sex ist etwas Großartiges, Schönes, Aufregendes, Geheimnisvolles, Magisches – auch bei Diabetes. Dieser Ratgeber gibt euch einen ersten Überblick zu eurer Sexualität bei Diabetes.

Er bietet euch Aufklärungen über den Einfluss von Diabetes auf Köperfunktionen und gibt euch Tipps zum Umgang mit den Folgen von Diabetes.

So erhaltet ihr Antworten auf Fragen, die ihr vielleicht habt. Diabetes gehört jetzt zu eurem Leben dazu, Sexualität auch – darüber zu reden, hilft.

Inhaltsverzeichnis

	Sexualität bei Diabetes?	**2**
1.	**Sexualität ist spannend. Egal mit wem, egal wie.**	**4**
1.1	Sexuelle Orientierung: eine Orientierungshilfe	5
1.2	Fun, Facts: sechs Fakten über Sex	6
2.	**Sexualität ist Körperreaktion. Und doch so vieles mehr.**	**7**
2.1	Hormone und Nerven regeln die Lust – die sexuelle Reaktionskette	7
2.2	Körperlicher und seelischer Einfluss	9
3.	**Sexualität ist Leben. Euer Diabetes gehört dazu.**	**11**
3.1	Sexuelle Schwierigkeiten	12
4.	**Lebt eure Sexualität!**	**15**
4.1	Intimhygiene – Keimen und Bakterien keine Chance geben	15
4.2	Offene Kommunikation	16

1. Sexualität ist spannend. Egal mit wem, egal wie.

Zu wem fühlt ihr euch hingezogen, wen findet ihr attraktiv? Das „andere“ Geschlecht oder euer eigenes? Oder wechselt es, verändert es sich, ist es mal so, mal so?

Egal zu wem, es ist völlig in Ordnung.

Selbst, wenn ihr es im Augenblick noch gar nicht genau wisst – auch in Ordnung. Das Thema Sexualität ist so bunt, abwechslungsreich und so persönlich, da braucht es keine schnellen Antworten. Probiert lieber eure Fragen aus. Lasst es einfach auf euch zukommen. Sexualität ist eine Reise, auf der ihr euch selbst kennenlernt. Sie beginnt bei euch: Damit, dass ihr euch selbst so mögt, wie ihr seid.

Alles kann, nichts muss.

Sexualität bedeutet vereinfacht gesagt: Macht, was ihr wollt. Seid, wie ihr sein wollt. Alles ist möglich, solange ihr euch damit wohl fühlt. Wenn es euch gefällt und euren Partner*innen natürlich auch, ist es „richtig“, und es gibt kein falsch oder ein „normal“. Ihr entscheidet, welche Art von Sexualität für euch die richtige ist. Sexualität ist so vielfältig, wie ihr unterschiedlich seid.

Sexualität ist Selbstbestimmung.

Ob ihr Sex habt, wie oft, mit wem, und wie genau, ist eure Privatsache. Hauptsache, ihr fühlt euch wohl in eurer Haut. Ob ihr noch am Anfang steht oder schon mittendrin seid im Ausleben eurer eigenen Sexualität: Macht euch frei von Meinungen anderer und von vermeintlichen Idealbildern. Social Media zum Beispiel bildet selten die Wirklichkeit ab und vermittelt oft ein übertriebenes, allzu schöngefärbtes Bild. Macht euch lieber euer eigenes. Fühlt in euch rein und folgt eurem Gefühl. Wenn ihr Fragen, Sorgen und Probleme habt zum Thema Sexualität, sprecht darüber – zum Beispiel mit euren Ärzt*innen.

1.1. Sexuelle Orientierung: eine Orientierungshilfe

Unter dem Begriff „sexuelle Orientierung“ wird beschrieben, welche verschiedenen Arten von sexueller Anziehung derzeit wie eingeordnet werden. Kurz gesagt, zu welchem Geschlecht oder welchen Geschlechtern sich Menschen hingezogen fühlen. Die Grenzen sind fließend – eure sexuelle Orientierung kann sich immer wieder verändern. Warum auch nicht. Da eure sexuelle Orientierung „Natur pur“ ist, könnt ihr sie nicht aktiv beeinflussen – wenn der eine Mensch in euer Leben tritt und ihr euch verliebt, dann genießt die schönste Sache der Welt.

Hier eine kleine Auswahl der gängigsten Begriffe (in alphabetischer Reihenfolge), die aktuell unter „sexueller Orientierung“ unterschieden werden und was man darunter versteht:

Asexuell: Asexuelle Menschen fühlen sich von keinem Geschlecht sexuell angezogen.

Bisexuell (oder auch „bi“, lateinisch für „zwei“): Bisexuelle Menschen fühlen sich zu Frauen# sowie zu Männern# hingezogen.

Heterosexuell: Heterosexuelle Menschen fühlen sich zum jeweils anderen Geschlecht hingezogen.

Homosexuell: Homosexuelle Menschen fühlen sich zum gleichen Geschlecht hingezogen. Weitere Begriffe sind schwul oder gay (Männer#, die sich zu Männern# hingezogen fühlen), lesbisch (Frauen#, die sich zu Frauen# hingezogen fühlen).

Pansexuell: Pansexuellen Menschen ist das Geschlecht der Menschen unwichtig, zu denen sie sich hingezogen fühlen.

Queer: Für queere Menschen gibt es mehr als die beiden Geschlechter-Kategorien „Mann#“ und „Frau#“.

Jede einzelne dieser Orientierungen ist völlig in Ordnung und natürlich. Da die sexuelle Orientierung so individuell ist, gibt es auch Menschen, die jegliches „Label“ für sich ablehnen.

in Bezug auf das biologische Geschlecht, nicht das soziale Geschlecht oder die individuelle Geschlechtsidentifikation. Frau# = Menschen mit Vagina, Mann# = Menschen mit Penis

1.2 Fun, Facts: sechs Fakten über Sex

Klischees, Mythen, Halb- und Unwahrheiten, Angebereien und Vorurteile auf der einen Seite. Studien, Umfragen und Selbstauskünfte auf der anderen Seite – zum Thema Sexualität hat jeder etwas zu sagen. Kein Wunder, ist die Neugier doch groß: Wie ticken die „anderen"? Wie tickt man selbst? Wie machen „es" andere?

Es gibt dabei kein richtig oder falsch, und eine Norm schon gar nicht. Normal ist, was euch gefällt und sich zu vergleichen, hilft nicht weiter. Selbst die folgenden Fakten basieren auf Antworten, die Menschen mal gegeben haben. Waren sie ehrlich? Wer weiß. Interessant und aufschlussreich sind diese sechs Fakten über Sex auf jeden Fall:

1. **Ca. 80 % der Frauen# und ca. 25 % der Männer# haben schon mal einen Orgasmus vorgetäuscht.**

2. **1–2-mal Sex pro Monat ist bei berufstätigen Paaren Durchschnitt.**

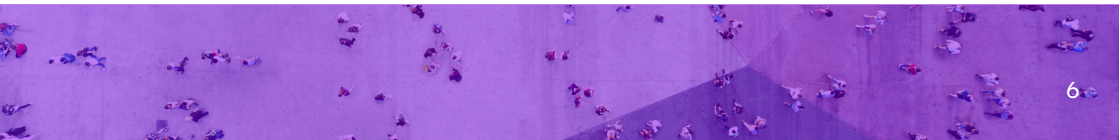
3. **Die mittlere Dauer des Geschlechtsverkehrs liegt in Deutschland bei 5 Minuten.**

4. **Ca. ein Drittel der Männer# und Frauen# ging schon einmal fremd.**

5. **Jugendlichen ist das Smartphone wichtiger als Sex.**

6. **Ca. 50 % der Männer# und ca. 7 % der Frauen# schauen regelmäßig Pornos.**

in Bezug auf das biologische Geschlecht, nicht das soziale Geschlecht oder die individuelle Geschlechtsidentifikation. Frau# = Menschen mit Vagina, Mann# = Menschen mit Penis



2. Sexualität ist Körperreaktion. Und doch so vieles mehr.

Um zu verstehen, wie sich Diabetes auf eure Sexualität auswirken kann, beginnen wir damit, was bei der Sexualität so alles im Körper passiert. Denn das ist einiges, was da zu einem wahren Feuerwerk der Gefühle führt.

2.1. Hormone und Nerven regeln die Lust – die sexuelle Reaktionskette

Am Anfang eurer sexuellen Reaktionskette steht ein Reiz, der von eurem Gehirn wahrgenommen wird. So ein Reiz kann eine Berührung sein, ein Blick, ein Bild, ein Geruch, eine Stimme, ein Geräusch, ein Lied, eine Erinnerung, eine Fantasie und vieles anderes mehr. Eben alles, was euch so stimuliert, dass es eure sexuelle Reaktionskette in Gang setzt. Ob man will oder nicht, euer Köper übernimmt das Kommando und das ist völlig normal.

Ein bunter Mix eurer körpereigenen Hormone sorgt für euer Lustempfinden, den Nervenkitzel und die sexuelle Wahrnehmung:

- So binden zum Beispiel die Sexualhormone Testosteron und Östrogen an Rezeptoren im Gehirn und beeinflussen eure „Lust“. Die Geschlechtshormone werden in den Eierstöcken und den Hoden produziert.
- Schweißdrüsen geben Pheromone ab, die dazu führen können, dass wir uns mehr zu einer bestimmten Person hingezogen fühlen.
- Außerdem wird vom Nebennierenmark, von Drüsen, die oberhalb der Nieren sitzen, Adrenalin ausgeschüttet. Sonst für die Fight-or-Flight-Reaktion zuständig, lässt das Stresshormon das Herz schneller schlagen und mobilisiert Energiereserven.

Für eure Sexualität braucht es neben den Hormonen auch das sogenannte vegetative Nervensystem, welches unabhängig von eurem Willen alle Prozesse in eurem Körper steuert:

- Atem und Herzschlag werden schneller, der Blutdruck steigt und die Pupillen weiten sich.
- Das vegetative Nervensystem leitet den Reiz auch zu den Blutgefäßen eures Beckens weiter.
- Dort trifft er auf die Gefäßwände, die Stickstoffmonoxid (NO) ausschütten.
- Die Gefäße weiten sich und pumpen Blut ins Gewebe.
- Dadurch versteift sich der Penis bzw. weitet sich die Scheide und wird feucht. Der Körper signalisiert: Ich bin „bereit“ für den sexuellen Akt.

Die zwei Bestandteile des vegetativen Nervensystems – das sympathische und das parasympathische Nervensystem, die jeweils für Anspannung und Entspannung zuständig sind – erfüllen in der sexuellen Reaktionskette unterschiedliche Aufgaben und steuern dadurch zusammen die Prozesse bis hin zum Orgasmus.

2.2. Körperlicher und seelischer Einfluss

Früher galt die Meinung, Sexualität wäre reine „Kopfsache“. Als könnte die Psyche alles regeln, steuern und die Funktionen bestimmen. Heute ist die Wissenschaft zum Glück weiter und hat erkannt, wie sehr auch die körperliche und die seelische Verfassung Einfluss auf das sexuelle Wohl nimmt.

Euer Körper spielt mit

Bei Problemen der sexuellen Funktion spielen unter anderem Krankheiten und deren Therapie eine wesentliche Rolle. Sexuelle Schwierigkeiten können zum Beispiel durch Hormon-schwankungen entstehen, Störungen des Nervensystems, Nebenwirkungen von Medikamenten oder Folgen von Operationen sein, um nur einige zu nennen. Fakt ist: Sexualität ist auch ein körperlicher Prozess. Geht es dem Körper „gut“, „funktio-niert“ euer Körper besser.

- **körperliche Verfassung**
- **Alter**
- **Hormone**
- **Medikamente**
- **Genussmittel**
- **(unerfüllter) Kinderwunsch**

- psychische Verfassung
- sexuelle Entwicklung
- sexuelle Vorerfahrung
- sexuelle Orientierung
- Partnerschaft und Familie
- Kultur und Religion

Eure Seele fühlt mit

In der modernen Medizin findet die Seele eine größere Beachtung als früher. Psychische Schwierigkeiten sind heutzutage nicht nur wesentlich besser erforscht, sondern auch gesellschaftlich mehr akzeptiert. Und das ist auch gut so. Denn alles hängt mit allem zusammen, vor allem beim Thema Sexualität: So können körperliche Beschwerden Auswirkungen auf eure Psyche haben und eure Seele belasten, was wiederum z. B. zu Depressionen oder Angsterkrankungen führen kann. Darunter kann eure eigene Sexualität leiden. Auch kann z. B. dauerhafter Stress, Leistungsdruck, Probleme in der Beziehung oder Familie sowie traumatische Erfahrungen zu ernsthaften körperlichen Erkrankungen bei euch führen. Vereinfacht gesagt: Leidet eure Seele, leidet auch euer Körper – und andersherum.

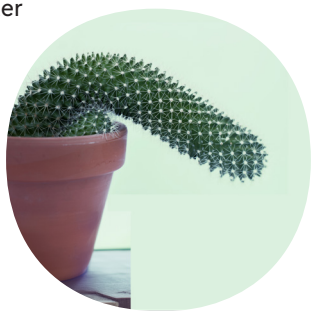
Daher solltet ihr seelische Probleme unbedingt ernst nehmen und euch professionelle, ärztliche oder therapeutische Unterstützung suchen. Traut euch darüber zu sprechen.

3. Sexualität ist Leben. Euer Diabetes gehört dazu.

Menschen mit Diabetes haben erhöhte Blutzuckerwerte. Ein gut eingestellter Blutzuckerspiegel ist für eure Sexualität enorm wichtig, damit die sexuelle Reaktionskette bei euch reibungslos abläuft und eure Nerven und Blutgefäße eure Geschlechtsorgane richtig steuern können.

Diabetes und mögliche Folgen

Bei Diabetes kann es zu Durchblutungs- und Hormonstörungen kommen. Die Folge: Die Gefäße erweitern sich nicht genug. Durch die geringere Durchblutung kann sich die sexuelle Funktion von Penis und Scheide einschränken. Diabetes-bedingte Nervenschäden können zudem zu einer verminderten Erregbarkeit führen. Bei der Hälfte aller Männer# mit Diabetes können Erektions- und/oder Orgasmus-Störungen sowie Ejakulationsstörungen (Samenerguss-Störungen) auftreten. Bei ca. einem Drittel der Frauen# kann es unter anderem zu einer verminderten Lust, geringerer sexueller Erregung oder gar Schmerzen im Genitalbereich kommen. Zudem können sich bei nicht gut eingestelltem Diabetes Keime und Krankheitserreger in der Genitalregion ansiedeln, die zu unangenehmen Infektionen führen können.



Diabetes ist eine Frage der Einstellung

Ihr braucht eine optimale, individuelle Einstellung eures Blutzuckerspiegels. Dies reduziert die Gefahr von negativen Spätfolgen des Diabetes auf Nerven, Gefäße und Organe – und sorgt für die Art von Sexualität, die ihr euch in eurem Leben wünscht. Besprecht daher gemeinsam in der ärztlichen Sprechstunde oder der Diabetesberatung, welche Blutzuckereinstellung für euch am besten geeignet ist.

in Bezug auf das biologische Geschlecht, nicht das soziale Geschlecht oder die individuelle Geschlechtsidentifikation. Frau# = Menschen mit Vagina, Mann# = Menschen mit Penis

3.1. Sexuelle Schwierigkeiten

Da jeder Mensch und jeder Körper anders ist, sind auch Sexualfunktionen und -empfindungen sehr individuell. Was eine Person als völlig „normal“ bewertet, erlebt jemand anderes vielleicht als unbefriedigend – und umgekehrt. Grundsätzlich gilt: Leidet ihr unter eurer Sexualität, sucht euch ärztliche oder therapeutische Unterstützung. Es gibt heute viele Behandlungsoptionen, die euch weiterhelfen können.

Diabetes kann zu Schwierigkeiten bei der Sexualität führen, zum Beispiel:

Bei Lust und Erregung

Wenn ihr „keine Lust“ empfindet, kann ein Hormonmangel vorliegen. Oder es besteht (unterbewusster) Stress aufgrund eines Funktionsproblems, einer dauerhaften Erschöpfung oder wiederkehrender Konflikte. Das wirkt sich negativ auf die Libido aus. Vielleicht fehlt euch auch die nötige mentale Entspannung für die Erregung. Das kann daran liegen, dass die Erregung Diabetes-bedingt in eurem Körper nicht „ankommt“ und den notwendigen Körperprozess in Gang setzt.

Diabetes kann beispielsweise dazu führen, dass die Scheide trocken bleibt, nur langsam feucht wird oder sich nicht genug ausdehnt. Wenn die Erektion seit mehr als einem halben Jahr nicht genügend fest für eine befriedigende Sexualität ist, spricht man von einem relevanten Erektionsproblem. Wird der Penis nur in speziellen Situationen oder im Umgang mit bestimmten Personen nicht ausreichend steif, spricht dies für psychische Ursachen. Vor allem, wenn der Penis ansonsten steif wird – wie bei der Selbststimulation, nachts bzw. beim Aufwachen. Bei körperlichen Ursachen verschlechtert sich die Erektion schleichend und bleibt eines Tages eventuell ganz aus.

Falls ihr allgemein sehr wenig „Lust“ auf Sex empfindet, kann dies auch andere Ursachen als Diabetes haben. Sprecht in dem Fall mit euren Ärzt*innen, zum Beispiel in der Praxis für Gynäkologie bzw. Urologie, um der Sache auf den Grund zu gehen.

Beim Orgasmus bzw. Samenerguss

Bei Diabetes ist die sexuelle Empfindung oft eingeschränkt, sodass ein Orgasmus schwerer zu erreichen ist. Ihr habt noch nie einen Orgasmus erlebt? Das ist nicht schlimm. Setzt euch nicht zu sehr unter Druck. Ihr könnt es euer ganzes Leben lang durch Übung noch „lernen“, zum Beispiel durch Selbststimulation.

Bei Männern# sind Orgasmus und Samenergussreflex eng miteinander verknüpft. Bei Diabetes kann beides zu früh oder zu spät erfolgen, oder sogar ganz ausbleiben. Normalerweise gibt das Gehirn das Signal für den Orgasmus mit anschließendem Samenergussreflex. Manche Menschen können ihren Orgasmus nicht steuern. Die Gründe dafür sind vielfältig:

- mangelnde Bildung eines Botenstoffes im Gehirn
- Verklebungen an Engstellen
- entfernte Prostata, z. B. aufgrund einer gutartigen Prostatavergrößerung

Bei Schmerzen in der Genitalregion, vor allem beim Geschlechtsverkehr

Durch mangelnde Durchblutung und eine veränderte Bakterienbesiedelung kann es öfter zu Entzündungen und Schmerzen im Bereich der Scheide kommen. Auch beim Penis können Schmerzen durch die Bewegungen beim Geschlechtsverkehr entstehen. Ebenso durch Entzündungen oder auch das Zusammenziehen der Muskeln beim Samenerguss.

Bei der Angst vor dem Versagen

Versagensangst ist ein Kreislauf, der sich verselbständigen kann: Wenn ihr zum Beispiel sexuelle Schwierigkeiten von vornherein erwartet, steigert das die psychische Anspannung – die wiederum dazu führen kann, dass genau die Schwierigkeiten eintreten, vor denen ihr Angst habt. Egal ob Scheidentrockenheit oder die Sorge vor einem schlaffen Glied bzw. vorzeitigem Samenerguss.

Das ist die sogenannte „selbsterfüllende Prophezeiung“. Macht ihr immer wieder die gleichen negativen Erfahrungen innerhalb dieses Kreislaufes, „gewöhnt“ ihr euch quasi daran. Eure eigene negative Einstellung zu Sexualität verfestigt sich. Die Folge: Ihr zieht sich zurück, gebt auf, vermeidet sexuelle Erfahrungen oder schämt euch sogar für eure Sexualität. Das kann zu inneren Konflikten führen, auch in der Beziehung. Denn dieser Rückzug kann als „Liebesentzug“ missverstanden werden. Um diesen Angst-Versagens-Kreislauf zu durchbrechen, kann euch am besten professionelle ärztliche oder psychologische Unterstützung weiterhelfen.

- negative Gedanken
- keine Erregung
- kein Orgasmus
- Schmerzempfindung

in Bezug auf das biologische Geschlecht, nicht das soziale Geschlecht oder die individuelle Geschlechtsidentifikation. Frau# = Menschen mit Vagina, Mann# = Menschen mit Penis

4. Lebt eure Sexualität!

Auch mit Diabetes ist für euch ein erfülltes Sexualleben möglich. Für viele sexuelle Schwierigkeiten, die Diabetes hervorrufen kann, gibt es medizinische Therapien sowie Hilfsmittel.

Eure erste Wahl für Unterstützung, Hilfe und Therapien ist ein Gespräch mit euren Ärzt*innen. Wendet euch an die, die ihr kennt und die euch kennen, sei es in der Praxis für Allgemeinmedizin, Diabetologie, Urologie, Gynäkologie, Haut- und Geschlechtskrankheiten oder Psychotherapie. Mit ihnen gemeinsam findet ihr für eure individuellen Bedürfnisse eine Lösung. Ganz sicher.

4.1. Intimhygiene – Keimen und Bakterien keine Chance geben

Diabetes kann auf verschiedene Arten dazu führen, dass sich euer Risiko für Genitalinfektionen erhöht. Gut eingestellte Blutzuckerwerte können dabei helfen, dieses Risiko zu minimieren. Was ihr täglich selbst tun könnt, ist eine sorgfältige Intimhygiene, um Krankheitserregern keine Chance zu geben. Am besten, sie wird für euch zur Routine und ihr baut sie ganz natürlich in euren Tagesablauf ein. Viele kleine Maßnahmen können dabei einen großen Effekt haben.

Hier ein paar Tipps und Tricks, wie euch das am besten gelingen kann:

Feuchtigkeit vermeiden
Tragt lockere und atmungsaktive Kleidung. Wechselt Tampons mehrfach pro Tag.

Schön sauber halten
Spült Scheide bzw. Penis (Vorhaut zurückziehen) 1–2-mal pro Tag mit klarem Wasser ab. Um den natürlichen Schutzmantel eurer Intimregion zu schonen, verzichtet auf Stoffwaschlappen, Waschlotionen und lange Wannenbäder oder feuchtes Toilettenpapier. Säubert euren Genitalbereich immer von vorn nach hinten, um die Bakterien des Afters nicht in Richtung Harnröhre zu verteilen.

Viel trinken
Trinkt ca. 1–1,5 Liter ungesüßte Flüssigkeit pro Tag. Trinkt an heißen Tagen mehr. Zur Kontrolle: Euer Urin sollte immer eine helle Farbe haben und neutral riechen. Entleert eure Blase immer regelmäßig und vollständig (besonders nach dem Geschlechtsverkehr), um Harnwegsinfektionen zu vermeiden.

Genitalbereich schonen

Trimmt eure Schamhaare so wenig wie möglich. Durch Methoden wie Rasieren, Epilieren, Waxing oder Sugaring können Risse oder Schnitte im Genitalbereich entstehen. Verwendet beim Sex Gleitgel, da die Haut von Menschen mit Diabetes besonders anfällig auf Reibung reagiert. Bereits bei kleinen Verletzungen können Keime in euren Körper eindringen und Infektionen hervorrufen.

4.2. Offene Kommunikation

Eure eigene Sexualität mit Diabetes ist ein weites Feld, welches sich immer weiterentwickelt. Permanent lernt ihr dazu und euch besser kennen. Lasst euch Zeit, hört auf euch selbst, und vor allem, redet darüber. Denn hier gilt wirklich: Sprechen hilft. Es gibt viele medizinische Therapien, Hilfsmittel, andere Betroffene und deren Erfahrungen: Ihr seid mit euren Themen nicht allein. Das größte Problem bei Sexualität mit Diabetes ist oft die Scham, Funktionsstörungen anzusprechen und sich Hilfe zu suchen.

Sprecht mit Ärzt*innen

Professionelle Hilfe und Unterstützung zu euren sexuellen Themen können euch eure Ärzt*innen am besten geben. Ob in der Praxis für Allgemeinmedizin, Diabetologie, Urologie, Gynäkologie, Haut- und Geschlechtskrankheiten oder Psychotherapie: Sie sind für euch da. Und für viel mehr als das Einstellen oder die Anpassung eurer Diabetestherapie (z. B. der Insulindosis).

Sprecht mit euren Beziehungspartner*innen

Gelungene Sexualität basiert auf einer gesunden Beziehung. Und die Basis für eine gesunde Beziehung ist Ehrlichkeit und Offenheit. Teilt eure Sorgen, Gefühle und Wünsche mit euren Beziehungspartner*innen. Am besten in einem entspannten Moment. Verwendet Botschaften in „Ich“-Form. Redet über euch und stellt Fragen, wie die Einstellung eures Gegenübers zu euren Themen ist, und hört dabei gut zu. Oft sucht ihr durch diese Art der Gesprächsführung zusammen nach Lösungen, wie eine gemeinsame Sexualität gelingen kann – weil durch beidseitige Offenheit eine besondere Art von Vertrauen, Verständnis und Nähe entsteht.

Noch Fragen zu Diabetes?

Wir sind für euch da!

Vielseitige Beratung

Habt ihr Fragen zu Diabetes? Ruft uns einfach an, wir sind gerne für euch da. Rund um die Uhr. Weitere Informationen findet ihr auch im Internet unter **diabetes.sanofi.de**

Euer ServiceCenter Diabetes
Sanofi-Aventis Deutschland GmbH

Das ServiceCenter Diabetes

0800 52 52 010

(gebührenfrei aus dem dt. Fest- und Mobilfunknetz)

sanofi

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, Lützowstraße 107, 10785 Berlin

MAT-DE-2402601-5.0-11/2025