

## **Falsches „Maßnehmen“ oft schuld für Peniskomplex**

### **Urologen setzen auf psychologische Wirkung**

**Köln, Mai 2014.** Während es Frauen eher wenig kümmert, fragen sich Männer aller Altersklassen stets „Ist er groß genug?“. So denkt jeder dritte Mann, sein Penis sei zu klein. Vor allem normal ausgestattete Männer entwickeln oft Komplexe und fürchten, beim Liebesspiel nicht gut da zustehen. Urologen nehmen diese typisch männliche Sorge ernst und setzen auf die Wirkung der Psychologie, um Betroffene von ihrem Peniskomplex zu befreien. So auch Dr. Reinhold Schaefer, Urologe und Sprecher des Ärztenetzwerkes Uro-GmbH Nordrhein: Er kennt die Gründe für die Unsicherheit seiner Patienten und weiß, wie sie sich überwinden lassen.

Komplexe wegen der Penisgröße entstehen häufig, wenn Männer ihr Glied nicht richtig messen oder im falschen Zustand betrachten. Wichtig ist nämlich, im steifen Zustand Maß zu nehmen, nur dann ist die Länge vergleichbar. So misst der erigierte Penis – von Peniswurzel bis zur Spitze der Eichel – im Durchschnitt eine Länge von 14 bis 16 Zentimeter. Die Länge im Ruhezustand hingegen unterscheidet sich von Mann zu Mann. Während bei manchen der schlaffe Penis deutlich kleiner ist als der erigierte, ist er bei anderen Männern schlaff fast genauso lang wie im steifen Zustand. „Verantwortlich für diese Größenvarianz sind neben unterschiedlicher Beschaffenheit des Bindegewebes auch die Umgebungstemperatur und das körperliche Befinden“, erklärt Dr. Schaefer. Unsicherheiten wegen der richtigen Größe entstehen vor allem durch den Vergleich im nicht erigierten Zustand mit denen anderer Männern beispielsweise in der Sauna oder unter der Dusche. Oft rührt die Angst, das beste Stück könnte zu kurz geraten sein, auch bereits aus Vergleichen in der Kindheit mit anderen Jungen her.

#### **Pressekontakt**

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf  
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 – fax: 05085-98 171-01

#### **Direktkontakt**

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln  
kapla@frielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65

Ist der Penis trotz Erektion kleiner als der Durchschnitt, gilt es, den richtigen Umgang damit zu finden. Aus medizinischer Sicht gibt es nämlich keinen zu kleinen Penis, denn seine Größe beeinträchtigt nicht seine biologische Funktion, die Fortpflanzung. Auch die Qualität des Liebesspiels hängt nicht in erster Linie von seiner anatomischen Beschaffenheit ab. „Dringend abzuraten ist von sogenannten Verlängerungsoperationen“, betont Dr. Schaefer. „Denn der Penis lässt sich nicht verlängern.“ Bei diesen Eingriffen durchtrennen Operateure die Bänder, die den Penis am Beckenboden fixieren, sodass er dann länger erscheint, weil er aus dem Bauch herausrutscht. Allerdings kann sich das Glied nach dieser OP nicht mehr aufrichten und hängt auch im erigierten Zustand nach unten. „Ein Umstand, von dem viele Männer vor dem Eingriff jedoch nichts erfahren“, warnt Dr. Schaefer. „Also unbedingt Hände weg von solchen Angeboten!“ Es gibt lediglich Maßnahmen, die die Erektionsfähigkeit steigern, beispielsweise Medikamente wie Viagra oder mechanische Vakuumpumpen. Sie machen den Penis aber nicht größer.

Männer, die meinen, einen zu kleinen Penis zu haben, können auch selbst etwas tun. So lässt Schamhaar das Glied kürzer wirken. Wer es an der Peniswurzel entfernt, sorgt auf diese Weise für einen positiven optischen Effekt, ohne medizinisches Risiko. Grundsätzlich sollten Männer die Optik nicht unterschätzen. So sieht der Penis von oben immer kleiner aus, als wenn er von der Seite oder von Vorne betrachtet wird. Schon aus diesem Grund lässt sich der eigene Penis nicht ohne Weiteres mit anderen vergleichen. „Auch regelmäßige Dehnübungen zur Kräftigung der unteren Bauchmuskulatur können helfen“, rät Dr. Schaefer. „Denn besonders bei leicht übergewichtigen Männern kann der Bauch den Penis unvorteilhaft verdecken und verkürzt erscheinen lassen.“ Weitere Informationen unter [www.urologen-nrw.de](http://www.urologen-nrw.de).

---

**Pressekontakt**

komm | public! - Romy Robst - Ahornallee 7a - 31303 Ramlingen/Burgdorf  
robst@komm-public.de - fon: 05085-98 171-02 – fax: 05085-98 171-01

**Direktkontakt**

Uro GmbH Nordrhein - Sabine Kapla - Kaiser-Wilhelm-Ring 50 - 50672 Köln  
kapla@frielingsdorf.de - fon: 0221-13 98 36-55 - fax: 0221-13 98 36-65