

# Seksualitet og kræft i underlivet

Seksualitet og samliv er for mange mennesker noget meget privat, som det er svært at tale med andre mennesker om. Vi ved dog, at seksualiteten er en del af et menneskes personlighed og har stor betydning for livskvaliteten. Det er ikke kun et fysisk behov for samleje, men i høj grad også behov for kærlighed, ømhed, knus og kram. Derfor er seksualiteten ikke kun knyttet til dit underliv, men også til dit sind, din væremåde og dit samspil med andre mennesker. Derfor er det vigtigt, at du kan tale med andre – særligt din partner - om seksualitet, når der er behov for det, fx i forbindelse med sygdom.

## SEKSUALITET OG KRÆFT I UNDERLIVET

Hvis I tidligere har haft problemer i jeres samliv, kan problemerne forstærkes i forbindelse med sygdom og behandling. I kan kun løse problemerne, hvis I taler åbnet med hinanden og jeres tanker og følelser. Der værste, der kan ske, er at du afviser ømhed og nærhed fra din partner af angst for, at det kan være optakten til et samleje, du ikke magter. På den måde kan du komme til at afvise den kærlighed og omsorg, som alle behøver for at komme igennem et sygdoms- og behandlingsforløb.

### Dine følelser i forbindelse med seksualitet

De fleste kvinder, der får kræft i underlivet, oplever problemer i deres seksualitet og samliv. De fysiske følger af operation og strålebehandling kan påvirke dig psykisk, så du oplever en følelsesmæssig barriere i forbindelse med seksualitet. Operation og strålebehandling kan give ændringer af kroppen:

- Ar på maven
- Ophør af den hormonelle cyklus og menstruation og dermed ophør af muligheden for at få børn
- Ændret følesans i underlivet.

Sygdommen i sig selv kan også medføre psykiske belastninger, som fylder så meget, at den seksuelle lyst træder i baggrunden. Det kan være:

- Træthed
- Angst
- Bekymringer
- Manglende selvtillid som følge af kroppens forandring.

Den fysiske seksualitet kan erstattes af ømhed, nærhed og følelsen af at blive holdt af og elsket. Hvis du mærker, at du stadig er attraktiv som kvinde, giver det øget selvværd og bedre ressourcer til at håndtere situationen.

### Din partners følelser i forbindelse med seksualitet

Din partner kan også miste lysten til seksuelt samliv. Han er påvirket af situationen og måske bekymret for fremtiden. Samtidig oplever han, at din krop er ændret, og måske er han bange for, at samleje vil gøre ondt eller skade dig.

## BIVIRKNINGER EFTER STRÅLEBEHANDLING OG KEMOTERAPI

Behandlingen kan på længere sigt give forskellige bivirkninger:

- Nedsat eller ophørt produktion af de kvindelige kønshormoner
- Beskadigelse af slimhinden i skeden, så den bliver tør
- Beskadigelse af skedens vægge, så de bliver mindre elastiske.

Disse gener kan medføre, at slimhinden i skeden klæber sig sammen, så samleje giver smerter og let blødning fra slimhinden. Det kan også blive vanskeligere at lave en gynækologisk undersøgelse, og slimhinderne kan vokse sammen. Generne kan afhjælpes på forskellige måder. Du kan eventuelt få forskellige typer behandling enten med eller uden hormoner. Tørhed i skeden kan

desuden afhjælpes med silikonebaseret glidecreme, som du kan købe på apoteket.

## SAMLIV UNDER OG LIGE EFTER STRÅLEBEHANDLING OG KEMOTERAPI

Mange kvinder magter ikke at gennemføre samleje i perioden under og lige efter behandling. Der kan komme ildelugtende udflåd fra skeden, og behandlingen medfører træthed og et større behov for søvn.

### Genoptag samleje 1 måned efter strålebehandling

Efter strålebehandling bør I, hvis det er muligt, begynde at have samleje senest 1 måned efter endt strålebehandling – eller så hurtigt som muligt. Dette er for at undgå sammenvoksninger i slimhinden. Hvis du får smerter, kan det være en god idé at anvende stillinger, hvor du styrer samlejet. Det kan være nødvendigt for dig at tage smertestillende medicin inden samlejet.

Hvis det ikke er muligt at genoptage samlivet, eller hvis du ikke har en fast partner, kan du få udleveret en cylinderformet stav, en såkaldt dilatator, som du kan bruge til at udvide og strække skeden, så du undgår sammenvoksninger.

### Når lysten melder sig

Det er vigtigt, at I begge føler jer parate, når I genoptager jeres samliv. Hvis samlejet af forskellige årsager bliver en fiasko, kan samlivet blive en ond cirkel, som det er svært at rette op på igen, hvis I ikke får talt problemerne igennem.

Sygdommen og behandlingen vil ofte medføre, at det seksuelle samvær bliver anderledes end tidligere. Det kan være gavnligt, at I har humor og er kreative, når I skal finde hinanden igen. Seksualitet kan udtrykkes på mange forskellige måder, og I kan forsøge andre former for seksuelt samvær end samleje.

Behandlingen har måske medført, at følesansen er anderledes end før, og det kan være dejligere at blive rørt andre steder på kroppen end tidligere.

Slimhinderne bliver ofte påvirket af behandlingerne, så de bliver ømme og tørre. Det er bedst ikke at

bruge kondom som prævention, da det vil irritere de ømme og tørre slimhinder i skeden.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.

Din partner er velkommen til at deltage, når vi har aftaler i ambulatoriet, så vi kan tale om eventuelle seksuelle problemer.



### Kontakt

#### Onkologisk Afdeling

Tlf. 97 66 14 00

Mandag – fredag 8.00 – 15.00