

Seksualitet ved kronisk sykdom

NOSF FAGKONFERANSE FOR KUNNSKAPSBASERT SMERTEBEHANDLING

RIKSHOSPITALET STORE AUDITORIUM 10.JANUAR 2020

ELSA ALMÅS PROFESSOR I SEXOLOGI UNIVERSITETET I AGDER

Hvorfor er seksualitet viktig?

Ipsos 2018 - 1538 spørreskjemaer - svarprosent 53,1.

Prosent som har svart at det er viktig eller meget viktig:

▶ Det er for å få barn:	Totalt: 18%	Menn: 18%	Kvinner: 19%
▶ Det er normalt å ha sex:	Totalt: 61%	Menn: 68%	Kvinner: 55%
▶ Det virker beroligende:	Totalt: 68%	Menn: 75%	Kvinner: 65%
▶ Det skaper spenning:	Totalt: 73%	Menn: 77%	Kvinner: 69%
▶ Det får meg til å føle meg ▶ tiltrekkende:	Totalt: 73%	Menn: 69%	Kvinner: 78%
▶ Det tilfredsstillter partneren min:	Totalt: 85%	Menn: 88%	Kvinner: 82%
▶ Det gir meg fysisk tilfredsstillelse:	Totalt: 86%	Menn: 89%	Kvinner: 81%
▶ Det er uttrykk for kjærlighet:	Totalt: 90%	Menn: 88%	Kvinner: 91%
▶ Det gir kontakt og nærhet:	Totalt: 91%	Menn: 93%	Kvinner: 90%

▶ Ipsos/VG/Helsedirektoratet/NFKS, 2017

Hva skal vi være opptatte av?

- ▶ **Seksuell respons: «Activity or inhibition of previous activity of an organism or any of its parts resulting from stimulation»**

▶ Merriam-Webster Collegiate Dictionary

Kroppslige systemer som kan påvirke seksuell respons:

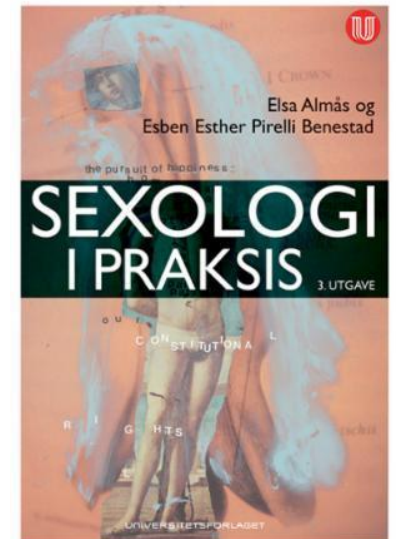
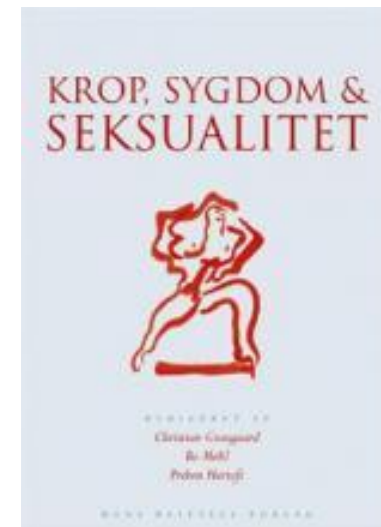
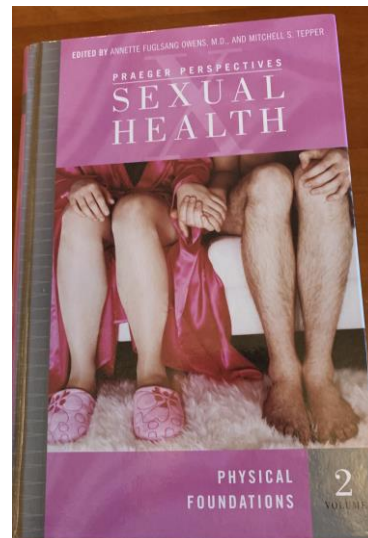
- ▶ **Respirasjonssystemet:** Pusting gir kroppen energi og evne til å slappe av, bidrar til luktesansen, og er forbundet med psykologiske forsvarsreaksjoner.
- ▶ **Muskel/skjelettsystemet:** Evnen til å spenne og slappe av muskulatur er en sentral del av seksuell respons, og også for funksjoner som ligger til grunn for denne.
- ▶ **Det endokrine systemet:** Spiller en sentral rolle i seksuell utvikling gjennom livsløpet
- ▶ **Det kardiovaskulære systemet:** Erektile dysfunksjoner kan være et tidlig signalet på problemer.
- ▶ **Reproduksjonssystemet:** Gjennomgår ulike faser i løpet av livssyklusen
- ▶ **Nervesystemet:** påvirker alle andre systemer, og involverer også alle sanser, som er viktige for seksualitet

Dagens budskap:

- ▶ Det er viktig for pasientene at helsepersonell spør om seksualitet og gir kunnskap om hvordan seksualiteten blir påvirket av sykdommen og av behandlingen.
- ▶ Det kan være nødvendig å skaffe seg kunnskap og øve seg på å snakke om seksualitet på en profesjonell måte.
- ▶ Når du spør, må du vite hva du skal gjøre med de svarene du får.
- ▶ Det krever sexologisk kunnskap!

Litteratur

- ▶ Annette Fuglsang Owens & Mitchell S. Tepper (eds): *Sexual health. Vol. 2: Physical Foundations*. Praeger Perspectives. London, 2007
- ▶ Christian Graugaard, Bo Møhl & Preben Hertoft: *Krop, sygdom og seksualitet*. Hans Reizels forlag, København, 2006
- ▶ Elsa Almås & Esben Esther Pirelli Benestad: *Sexologi i praksis*, Universitetsforlaget, 2017



Utdanning

- ▶ Videreutdanning i sexologisk rådgivning, Universitetet i Agder (60 studiepoeng)
- ▶ Master i psykososial helse, med fordypning i sexologi, Universitetet i Agder (120 studiepoeng)
- ▶ Sexologi for helsearbeidere, Universitetet i Agder (5 studiepoeng)
- ▶ ESSM School: ESSMSchool2019@aimgroup.eu

Andre tips:

- ▶ **Norsk Forening for Klinisk Sexologi (NFKS):** <https://www.klinisksexologi.no/>
- ▶ **Nordic Association for Clinical Sexology (NACS):** tiina.vilponen@sexpo.fi
- ▶ **European Federation for Sexology (EFS):** esben.esther@uia.no
- ▶ **World Association for Sexual Health (WAS):** <https://worldsexualhealth.net/>
- ▶ **Scandinavian Society for Sexual Medicine (SSSM):** xanthi.fynbo@gmail.com
- ▶ **European Society for Sexual Medicine (ESSM):** <https://www.essm-congress.org/program-highlights/>
- ▶ **International Society for Sexual Medicine (ISSM):** secretariat@issm.info



Takk for oppmerksomheten!

elsa.almas@uia.no