

SEKSUALITET VED PROSTATAKRÆFT



REGION NORDJYLLAND
– i gode hænder

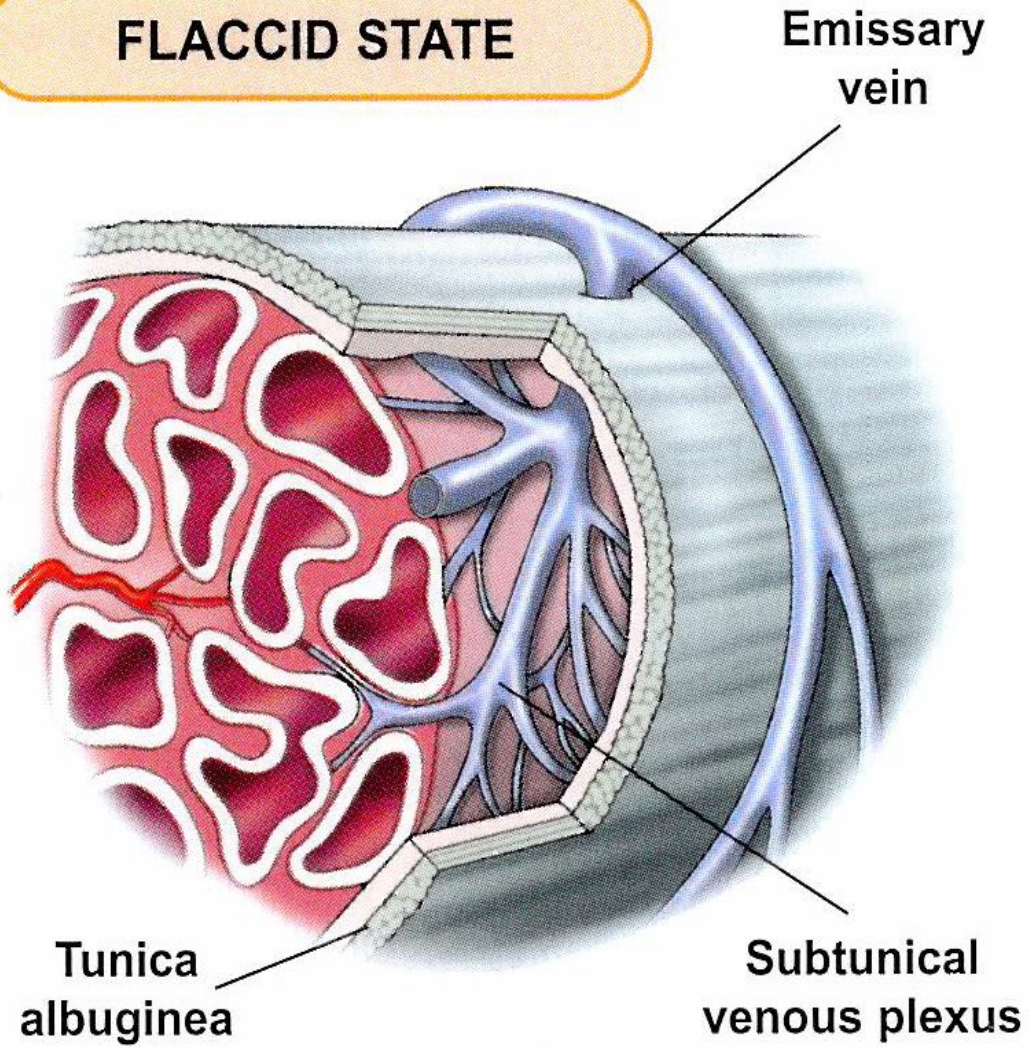


PROGRAM

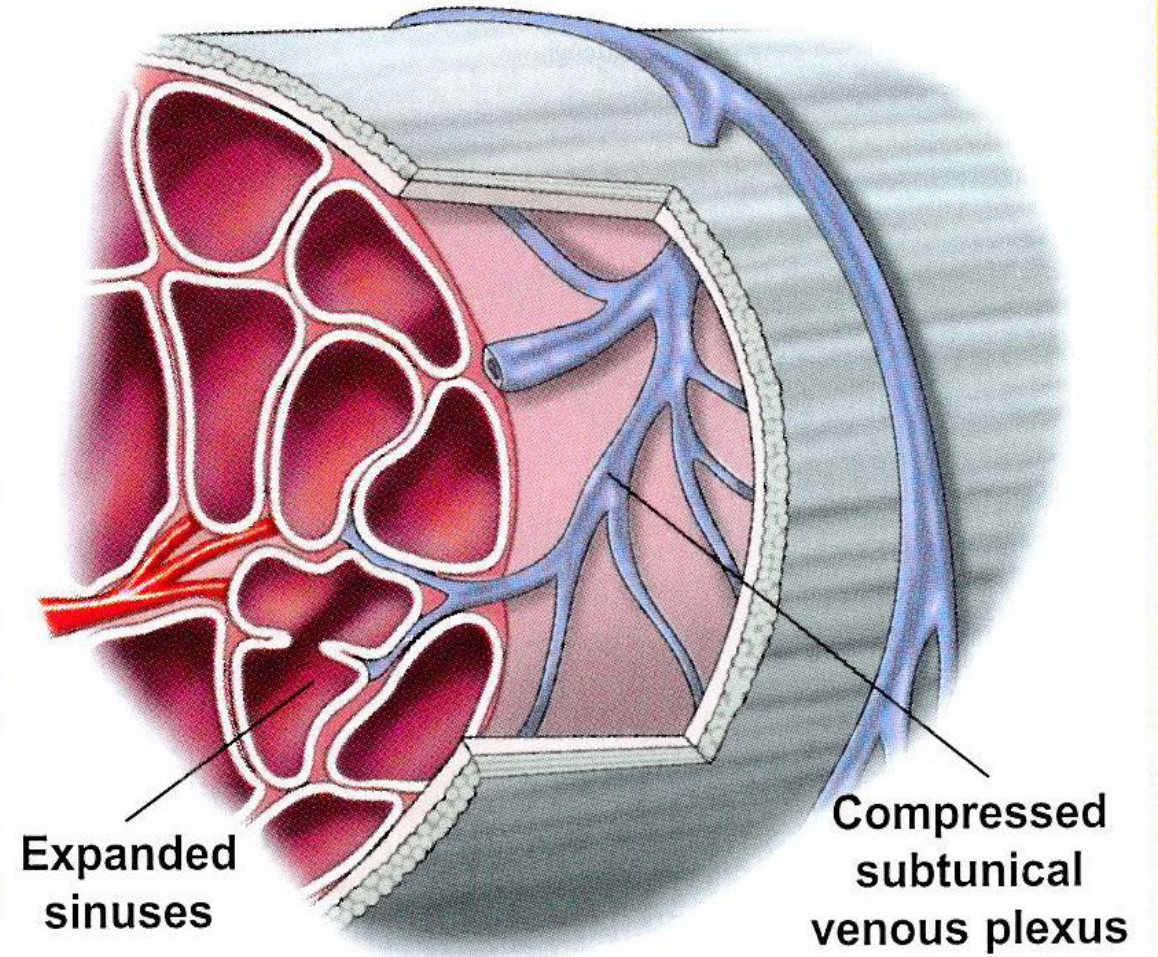
- Prostatakræft og sexologiske senfølger v/Birgitte
- At være partner til en mand med prostatakræft v/Birgitte
- Medicinsk behandling og seksuelle hjælpemidler v/ Anette
- Hvordan kan man selv styrke parforholdet v/ Anette



FLACCID STATE

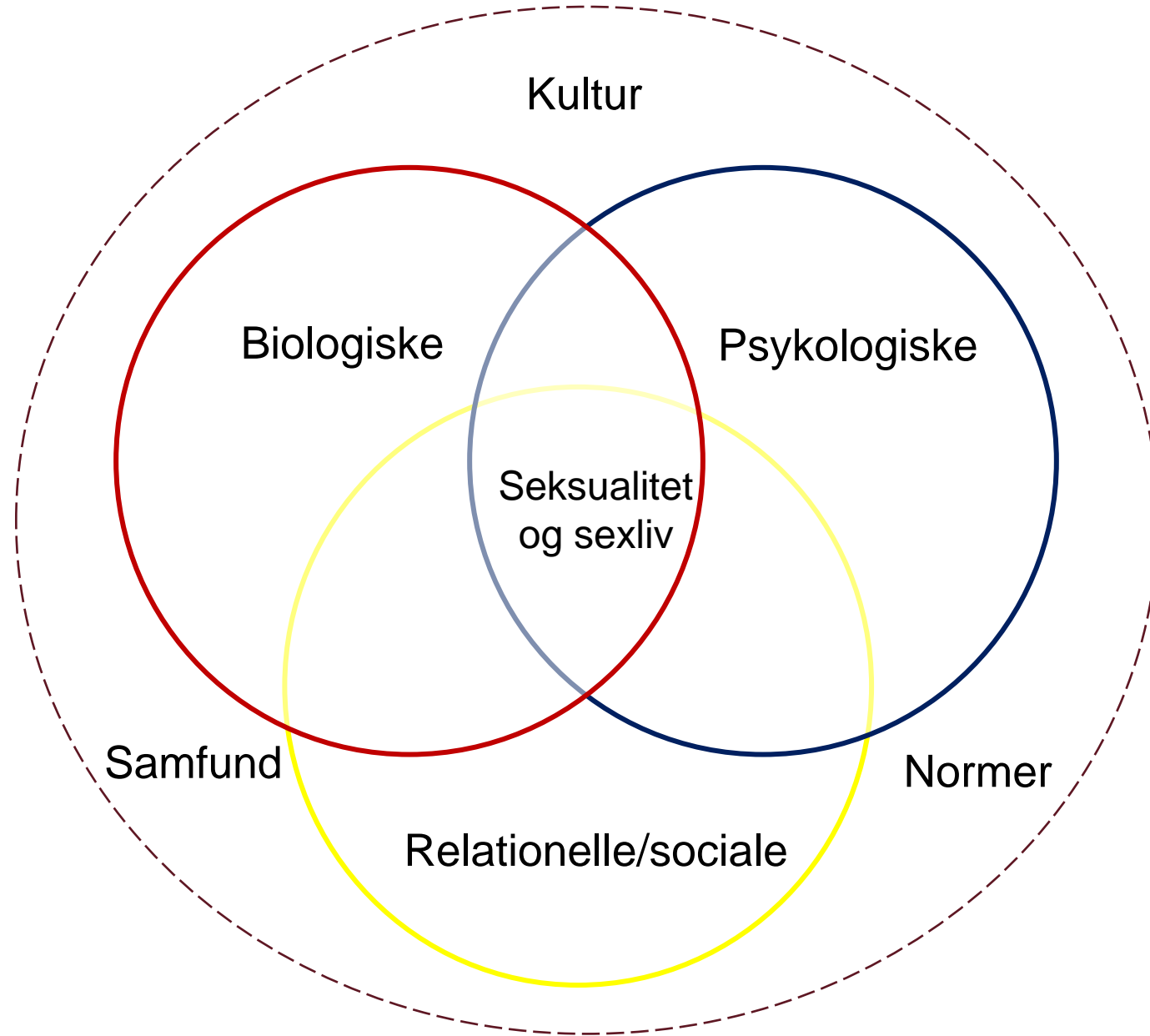


ERECT STATE





SEKSUALITET ER EN SAMMEN FLETNING AF





PROSTATAKRÆFT SEXOLOGISKE SENFØLGER - BIOLOGISKE

Operation

- Rejsningsproblemer
- ”skrumpning af penis”
- Inkontinens (under orgasme)
- Tør udløsning

Strålebehandling

- Rejsningsproblemer, optræder ofte indtil flere år efter behandlingen
- ”skrumpning af penis”
- Inkontinens (under orgasme)
- Ødem af ben og bækken

Hormonbehandling

- Dæmpning af testosteron
- Rejsningsproblemer– skrumpning af penis
- Manglende sædproduktion
- Ændring af fedtfordeling på kroppen

Kemoterapi

- Nedsat fertilitet
- Skader på perifere nerver – føleforstyrrelser – nedsat sensitivitet



PROSTATAKRÆFT SEXOLOGISKE SENFØLGER - PSYKOLOGISKE

- modløshed, vrede, angst, depression
- ændret kropsbillede - negativt selvbillede
- nedsat selvværd, følelse af at være anderledes
- skyld, skam, dårlig samvittighed
- påvirket mandighed
- påvirkning af parforhold (intimitetsangst, ændret rolle- og magtfordeling, hjælpeløshed, nedsat attraktivitet)



“Jeg har brugt min seksualitet, det vil sige samleje, til at blive bekræftet som mand.

“Jeg har ikke lyst til tale med kvinder. Jeg føler jeg mig underlegen af en eller anden årsag, jeg tænker, jeg er jo ikke noget værd.”

“Det er der altid, i baghovedet; man glemmer det aldrig; jeg tænker på det hele tiden, tænke er jo det eneste, jeg kan, jeg har fortsat helt vildt lyst, jeg kan bare ikke, man kan jo ikke bare parkere sit sexliv.”



PROSTATAKRÆFT SEXOLOGISKE SENFØLGER – RELATIONELLE/SOCIALE

- Relation til partner kan ændre sig
- Sociale sammenhænge bliver påvirket

” jeg går til svømning og når jeg står i bruserummet sammen med de andre mænd er jeg flov over at min penis er så lille så jeg prøver at vende ryggen til.”



”Sommetider tænker jeg, gad vide, om hun er utro, om hun går og længes efter en, der kan.”

“Jeg har det dårligt med at give hende et knus, for jeg kan jo ikke, og når jeg så alligevel tager mig sammen til at gøre det, kan jeg mærke, at hun stivner, for hun ved jo, at jeg ikke kan, og hun vil ikke give mig dårlig samvittighed ... det er noget af en redelighed.”

“Uden at hun sagde noget, lå det i luften, det kan jo ikke hjælpe noget, du kan jo ikke.”

“Jeg fortæller det ikke til andre mænd (at jeg er blevet impotent). Jeg er flov over det, jeg føler mig mindre værd, ikke så mandig.”





AT VÆRE PARTNER TIL EN KRÆFTPATIENT

- Man er ikke længere gift med en rask person men med en mand med kræft
- Sorgproces
- Man skal ofte være den stærke
- Begrænset i sin udfoldelse



KRÆFT OG SEKSUALITET

- I forbindelse med diagnosticering og behandling er seksualitet ikke den mest fremtrædende problematik.
- Når tilstanden stabiliseres vender behovene tilbage og seksualiteten dukker op igen.
- Der kan være kommet ubalance i relationen

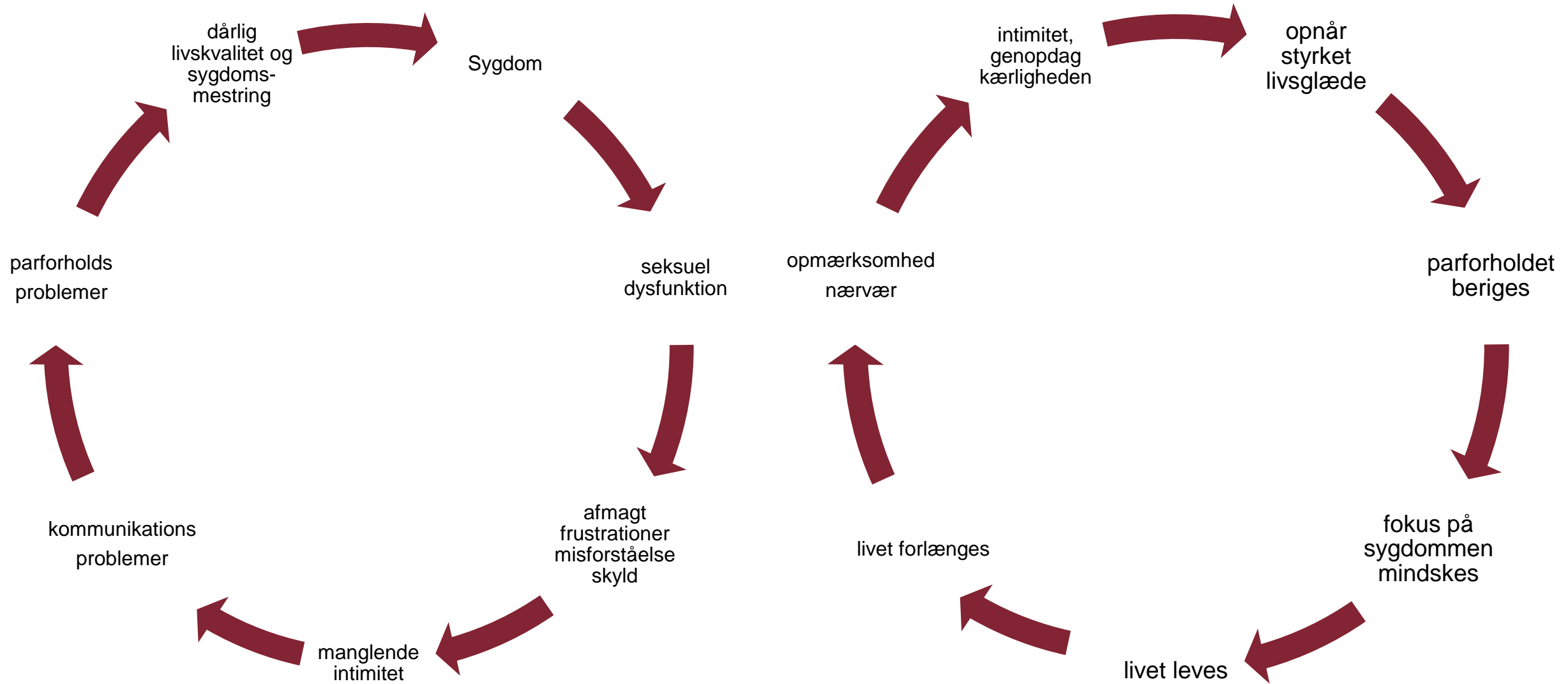




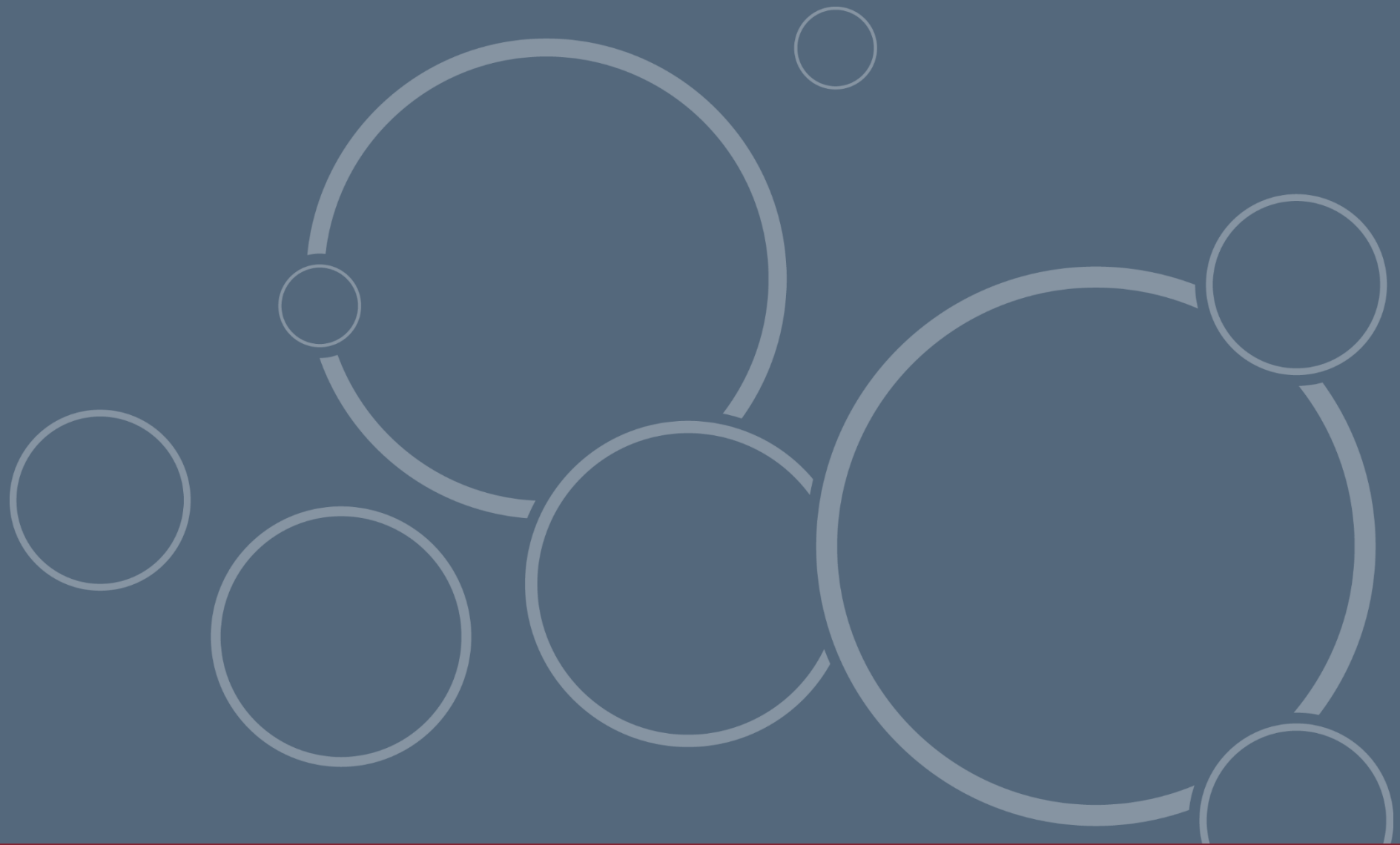
MULIGE PARFORHOLDSPROBLEMATIKKER

- Ændrede roller
- Partner bliver symptombærer
- Skyld og skam
- Forskellige tændingsmønstre
- Lukkethed i relationen
- Fastlåst i gamle mønstre









REGION NORDJYLLAND
– i gode hænder



HVAD KAN MAN SELV GØRE?

- Snak med hinanden - tage fat om problemerne/ tage ansvar for eget liv
- Begge skal lytte, rumme, reflektere over det sagte, acceptere, respektere og selvfølgelig selv melde ud.
- Den kræftramte skal fortælle sin partner, hvordan han/hun egentlig har det med sig selv i denne periode af livet. Sæt ord på følelserne. Fortæl, hvis du føler dig mindre attraktiv eller føler dig træt og irriteret. Gør opmærksom på, at du gerne vil være der for din partner, dine børn, passe børnebørnene og for eksempel rejse, spille golf, gå til fodbold og gå til koncerter.
- Partneren skal ligeledes sætte ord på sine følelser – måske føler partneren sig tilsidesat og mangler nærhed. Han/hun føler sig måske afvist seksuelt og kan have dårlig samvittighed over at have lyst til dig. Sæt ord på jeres forventninger, og find et kompromis, der passer jer begge.



LÆR AT UDTRYKKE SIG KONSTRUKTIVT OG IKKE KRITISK

- At beskrive hvad man føler og tænker om situationen i jeg-sprog (at dutte er forkert)
- At udtrykke præcise behov og ønsker
- At udtrykke konsekvenserne af opfyldelse eller ikke-opfyldelse af behovene i forhold til den anden
- At forhandle med partneren om behov og hvordan det kan opfyldes



BERØRINGSTRÆNING

- Sættes i stedet for samleje i de behandlingssituationer/strategier hvor samleje ikke er mulig
- Formål:
 - at lære at leve i nuet
 - at undgå præstationsangst
 - at lære at kommunikere med kroppen
 - at lære at nyde med hele kroppen
- Give knus, kram, holde i hånd, kysse
- Berøringsøvelser uden tøj (i starten måske med tøj) hvor man ikke må inddrage kønsorganerne



TAK FOR I DAG