

Sexuella besvär hos kvinnor efter tarmcancer

Denna information är till för dig som ska få eller har fått behandling för cancer i lilla bäckenet. Behandling för tarmcancer eller annan cancer i lilla bäckenet kan påverka sexlivet. Det kan vara bra att i förväg veta vad som kan inträffa för att vara förberedd.

Sexualiteten är ett grundläggande behov i livet och innefattar många olika funktioner såsom smekningar, närhet, samlag, onani samt fertilitet. Dessa funktioner är en viktig del av livet oavsett om du har en partner eller inte. Om du har en partner är det bra om ni kan prata med varandra om den förändring som sker. Även din partner kan ha nytta av att läsa denna information.

Försök att behålla den kroppsliga närheten. Prova gärna andra former av sex än samlag och försök att fokusera på det som finns kvar och inte på det som har försvunnit.

- Om du lider av att sexlivet inte fungerar efter din cancerbehandling, kontakta din kontaktsjuksköterska eller läkare för mer information och hjälp. Se fliken Kontaktinformation.

Varför påverkas sexlivet av behandling för tarmcancer?

Det kan finnas flera orsaker till att du som kvinna kan uppleva hinder vid sex efter tarmcancer. Behandlingen kan påverka kroppen både fysiskt och känslomässigt, som till exempel minskad sexuell lust, nedsatt känsel, svårighet att få orgasm, obehag och smärta. Om du får en stomi kan den påverka kroppsuppfattningen som gör att samlivet kan påverkas.

I samband med operation kan nerver och blodkärl skadas. Detta resulterar i att känselupplevelsen i underlivet förändras. Det kan betyda att den sexuella stimuleringen tar längre tid och att vissa områden kan bli känsligare.

Smärta vid samlag blir både ett fysiskt och psykiskt problem. Finns oro för smärta vid samlag kan det minska lusten och spontaniteten i samlivet. Det är därför viktigt att du får tillräcklig sexuell stimulering före ett eventuellt inträngande. Även olika typer av olja eller glidmedel kan underlätta.

Smärta kan även motverkas med alternativa samlagsställningar. Det går att uppleva sexuell upphetsning och orgasm på andra sätt än genom stimulering av klitoris. Utforska dig själv genom onani.

Massageapparat eller vibrator kan också vara ett komplement. Det finns att köpa bland annat på apotek. Har ändtarmen tagits bort kan livmodern tippa bakåt eftersom ändtarmen inte längre finns kvar och fyller upp bakom slidan. Slidans bakre vägg kan även växa fast bakåt och bilda ärr vilket kan leda till att slidan blir mindre elastisk och torrare. Det kan även göra att sekret och slem samlas i slidan och större mängder sekret kan rinna ut vid till exempel motion eller när du reser dig.

Vad kan du och vården göra för att minska negativa följder av cancerbehandlingen?

Torr slemhinna

Lokal behandling med östrogen, antingen som salva eller med vagitorier, kan minska besvär med torrhet i slidan. Du kan också mjuka upp torr slemhinna genom att använda en vattenbaserad glidkräm (finns att köpa på apotek), oljor som oliv-, mandel- eller barnolja, alternativt egen saliv.

Östrogen är kvinnligt könshormon som bildas i äggstockarna. Bildandet av östrogen avtar vid klimakteriet. Strålbehandling mot bäckenet gör också att östrogenproduktionen avtar.

Vagitorier är ett läkemedel i form av en liten tablett, stav eller liknande som förs in i slidan.

Flytningar

Oftast räcker det att använda ett trosskydd.

Trånghet i slida

Du kan vidga slidan med dina egna fingrar tillsammans med glidmedel och/eller med hjälp av en så kallad vaginalstav.

Vaginalstavar finns i olika storlekar och används för att sträcka ut och förlänga slidan

Infertilitet

Strålbehandling och cellgifter ger en hög risk för att du kommer in i klimakteriet, om du inte redan passerat det. Det innebär en hög risk för infertilitet. Tala med din läkare om möjligheten till fertilitetsbevarande åtgärder före behandlingen.

Infertilitet innebär att inte kunna bli gravid.

- Använd de ovan nämnda förslagen som alternativ på vad du själv kan göra, beroende på ditt problem och dess omfattning. Vid behov av rådgivning, ta kontakt med din läkare eller kontaktsjuksköterska. Se fliken Kontaktuppgifter.

Tips

- För läkningens skull bör du inte ha samlag de första tre veckorna efter operation, men du får gärna onanera.
- Om du har en partner är det bra om ni kan prata med varandra om den förändring som sker. Försök att behålla den kroppsliga närheten. Prova gärna andra former av sex än penetrerande samlag.
- Om du inte redan varit i klimakteriet kan du behöva hormonersättning efter strålning eller cellgiftsbehandling, antingen som östrogensalva, vagitorier eller tabletter. Tala med din läkare om detta.

- Du kan hitta ännu mer information på www.cancerfonden.se.