

## Sexuella besvär hos män 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 förändrats.

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

### Varför påverkas sexlivet av behandling för tarmcancer?

Det kan finnas flera orsaker till att du som man kan uppleva hinder vid sexuellt umgänge efter tarmcancer. Behandlingen kan påverka kroppen både fysiskt och känslomässigt, till exempel kan du få minskad sexuell lust och erektionssvårigheter (svårt att få stånd).

Ändtarmen sitter nära könsorganen och i samband med operationen kan nervtrådarna skadas. Nervfunktionen återhämtar sig mycket långsamt och det innebär att det kan ta fler år innan erektionsförmågan blir mer eller mindre återställd. Äldre män har sämre återhämtningsförmåga.

Strålbehandling skadar nerverna och blodkärlen kring ändtarmen, urinblåsan och könsorganen. Strålbehandling skadar även svällkropparna, som gör att du får erektion, och testiklarna som bildar manligt könshormon (testosteron). Om du får en stomi kan den påverka kroppsuppfattningen som gör att samlivet kan påverkas.

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

### Infertilitet

För att minska risken att inte kunna få barn efter behandlingen, kan du välja att göra en frysförvaring av dina spermier före strålbehandlingen. Detta är kostnadsfritt i Stockholm för patienter under 56 år. Tala med din läkare om du är intresserad av detta.

**Frysförvaring** av spermier innebär att, i förebyggande syfte i samband med canceroperationer, lagras spermier för att kunna användas dem vid ett senare tillfälle.

### Erektionssvårigheter

Efter en operation kan du drabbas av nedsatt erektionsförmåga till ingen erektion alls. Därför är det bra för återhämtningens skull att vara sexuellt aktiv tidigt och ofta. För läkningens skull bör du inte ha samlag de första tre veckorna, men det är bra om du onanerar. Om svällkropparna inte fylls med blod då och då kan du få en bestående försämring av blodflödet till penis.

### Utlösningsproblem

Efter cancerbehandlingen kan du få tidigare utlösning än innan. Du kan också få så kallad retrograd ejakulation, vilket är en torr utlösning som innebär att det inte kommer ut vätska vid utlösning.

**Retrograd ejakulation** innebär att utlösningen/sperman inte kommer ut utan hamnar i urinblåsan.

### Testosteronbrist

Efter operationen kan du få nedsatt förmåga att producera testosteron (manligt könshormon). Detta ger minskat sexuellt intresse, svårigheter att få stånd, svårare att få orgasm, mindre kroppsbehåring samt gör att muskelmassan minskar och att du kan känna dig trött.

Nivåerna av testosteron i kroppen avtar naturligt med åldern. Om du upplever symtom på testosteronbrist efter cancerbehandling kan det vara anledning att mäta mängden könshormoner i blodet. Ta kontakt med din läkare eller kontaktsjuksköterska om du upplever sådana symtom.

## Behandling mot erektionssvårigheter

### Tabletter

Det finns tre olika sorters tabletter, så kallade PDE-5 hämmare, mot erektionssvårigheter. Dessa ingår inte i läkemedelsförmånen och priset kan variera mellan olika apotek. De har samma effekt vilket är att öka blodtillströmningen till svällkropparna i penis vid sexuell stimulering. De ger också liknande biverkningar, där den vanligaste är huvudvärk, vilket är ofarligt men kan vara obehagligt.

#### PDE-5 hämmare

Substans som underlättar för blodkärlen i penis att utvidga sig vid sexuell stimulering.

Dessa läkemedel förstärker nervsignalerna när erektionen har börjat. Lust och sexuell stimulering är alltså nödvändiga för effekt. Att ta en tablett ger i sig inte någon erektion. Erektionen lägger sig efter avslutad sexuell aktivitet.

För att tabletterna ska kunna ge någon effekt måste du ha en viss bevarad nervfunktion efter operation. Om penis inte blir lite större vid stimulering är chansen mycket liten för att tabletter fungerar. Även om tabletter inte fungerar direkt efter operationen kan nerverna återhämta sig så att tablettbehandling fungerar senare.

**Varning:** Att kombinera någon av dessa läkemedel med läkemedel som innehåller nitroglycerin är livsfarligt. Om du har eller har haft kärlkramp eller behandlas med nitroglycerinsalva måste du berätta det för din läkare. Du får då inte ta något av erektionsläkemedlen av typen PDE 5 hämmare.

Det säljs många falska varianter av dessa läkemedel på internet. Eftersom du aldrig kan vara säker på vad de innehåller, avråder vi dig från att köpa läkemedel på annat sätt än från apotek.

Penisringar kan vara ett bra hjälpmedel om du har svårt att bibehålla erektion. Dessa kan köpas via nätet eller i sexhjälpmedelsbutiker.

### Injektion i svällkropparna

Du kan injicera läkemedlet Caverject® i svällkropparna på penis och det fungerar ofta bra efter att du fått träna på att ge dig själv injektionerna. Det får du hjälp med på till exempel Bäckencancerrehabmottagningen. Läkemedlet ingår i läkemedelsförmånen.

### Läkemedel som förs in i urinröret

För de män som inte vill injicera sig i penis kan man föra in ett läkemedel (Bondil®) i urinröret istället. Läkemedlet ingår i läkemedelsförmånen och innehåller samma substans som Caverject® men i en mycket högre dos. Effekten är mindre förutsägbar än med Caverject®.

### Vacuumpump med pubisring

En vacuumpump är ett rör som du trär på penis. Sedan suger du ut luften med en liten motor. När tillräckligt med blod har fyllt svällkropparna trär du ner en ring ("pubisring") över penisbasen, som gör att erektionen varar under en tid. Du kan inte få pumpar från sjukvården, men de kan

beställas via internet från bland annat RFSU, [www.rfsu.se](http://www.rfsu.se) och [www.hjalpmedelsteknik.se](http://www.hjalpmedelsteknik.se), för 500 till 2 000 kr.

### Tips för män

- 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 samlag.
- Om du upplever nytillkomna symtom som erektionssvårigheter, minskad sexlust, minskad muskelmassa/styrka, trötthet eller minskad kroppsbehåring ska du ta kontakt med din läkare eller kontaktsjuksköterska.
- Det säljs många falska varianter av läkemedel mot erektionssvårigheter på internet. Eftersom du aldrig kan vara säker på vad de innehåller avråds du från att köpa läkemedel på annat sätt än från apotek.

► Du kan hitta ännu mer information på [www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se)