

Seksuaalisuus ja hygienia syöpähoitojen aikana

Seksuaalisuus on erottamaton osa ihmisyyttä ja jokaisen ihmisen perusoikeus, myös vakavan sairauden yhteydessä. Syöpään sairastuminen, sen aiheuttama äkillinen muutos elämässä ja syövän eri hoitomuodot vaikuttavat merkittävästi seksuaalisuuteen, kuten kehonkuvaan ja käsitykseen itsestäsi. Seksuaalisuuteen liittyvistä asioista voit kysyä hoitohenkilökunnaltasi tai lääkäriltäsi. Myös seksuaaliterapeutin palvelut ovat tarvittaessa käytössäsi. Ota asia rohkeasti puheeksi hoitohenkilökuntasi kanssa.

- Syöpä ja sen hoidot voivat vaikuttaa minäkuvaan, joko väliaikaisesti tai pysyvästi.
- Seksuaalinen haluttomuus on yleistä niin miehillä kuin naisilla.
- Erektiohäiriöt ovat yleisiä syöpään sairastuneilla miehillä. Erektiolääkityksestä voit tarvittaessa keskustella lääkärisi kanssa.
- Kondomin ja suuseksisuojan käyttöä suositellaan koko hoitojaksojen ajan. Suojaat näin kumppaniasi sytostaattieritteiltä ja ehkäiset infektoita.
- Monet syöpälääkkeet ja syöpähoidot vaikuttavat limakalvojen kuntoon. Genitaalialueille suositellaan hormonivapaiden emätinpuikkojen tai voiteiden käyttöä.
- Yhdyntä- ja seksikivut voivat olla mahdollisia. Tällöin vesiliukoista liukuvoidetta suositellaan käyttämään yhdynnöissä ja seksivälineiden käytössä. Liukuvoiteiden käytöllä suojaat myös limakalvojasi.
- Raskaudenehkäisystä tulee huolehtia syöpähoitojen aikana ja niiden jälkeen.
- Hormonaaliset muutokset ovat mahdollisia syöpähoitojen aikana. Hormonaalisten muutosten haitoista voit keskustella lääkärisi kanssa.
- Uimista (uimahallit, luonnonvedet) suositellaan välttämään, jos saat puolustusjärjestelmäsi heikentäviä syöpähoitoja, kuten esimerkiksi sytostaattihoitaja. Saunominen on sallittua syöpähoitojen aikana.