

Hjelpemidler

Understrek i pasientsamtaler at det finnes alternative seksuelle aktiviteter til samleie. Slik får de flere muligheter. I tillegg til samtaler finnes det konkrete hjelpemidler, og de vanligste å rekvirere ved kreft er dilatorsett, vakuumpumpe og vibratorer. Glidemiddel er ofte nødvendig og enkelt for pasienten å få tak i.

Alle som på grunn av sykdom eller skade trenger hjelpemidler for å bedre seksuallivet har rett på å få dette dekket kostnadsfritt gjennom en egen NAV-ordning.

Alle autoriserte leger i Norge kan bestille slike hjelpemidler. Annet helsepersonell kan og bør bidra med rådgivning, og kan hjelpe pasienten med søknadsprosessen.

Fyll ut skjemaet "**Seksualteknisk hjelpemiddel**", se siste side i skjemaet for veiledning til utfylling. Både pasient og lege må signere på alle 3 sider. Legen har ansvar for å sende inn side 2 til leverandør og side 3 til NAV Leikanger. Side 1 skal arkiveres i journal.

Dersom pasienten trenger andre hjelpemidler enn de som er listet opp på skjemaet, dvs. hjelpemidler som ikke er på rammeavtale, må legen først søke om dispensasjon. Dispensasjonssøknaden er en fritekst som utdyper behovet - f.eks. at pasienten ikke var tilfreds med hjelpemidlene på listen, eller at de trenger et hjelpemiddel som ikke befinner seg på listen.



Du finner mer informasjon og søknadsskjema på nav.no/soknader/nb/person/hjelpemidler-og-tilrettelegging/seksualtekniske-hjelpemidler

Pasientene har rett på informasjon om hvordan seksuallivet påvirkes av sykdom og behandling. Som helsepersonell er det ditt ansvar å sørge for at informasjonsbehovet til pasienten blir møtt. Denne folderen gir deg et godt utgangspunkt for å ta opp tema kreft og seksualitet med pasient og/eller partner slik at du kan bidra til å øke livskvalitet og forebygge sykdom og uhelse!

Ressurser og linker:

kreftomsorg.no - her finner du blant annet heftet "Kreft og seksualitet - les om hvordan andre kreftoverlevende løste utfordringer" og utskriftsvennlig versjon av denne folderen.

helsenorge.no/sex-og-samliv/kreft-og-seksualitet/

emetodebok.no/kapittel/sexologi/

sykepleien.no/fag/2020/08/samtaleverktoyet-better-kan-gjore-det-lettere-snakke-om-seksualitet

finnensexolog.no

uni.oslomet.no/seksuellhelse/skandinaviske-nettverk/

Søk i fagtidsskriftet ditt med stikkordene "seksualitet" og "seksualliv"!

Prosjektgruppen består av:

Solveig Fridheim Torp Sexolog (NACS) & Kreftsykepleier	Aron Willems Lege & Grafisk designer	Stine Kühle-Hansen Sexolog (NACS) & Familierapeut
--	--	---

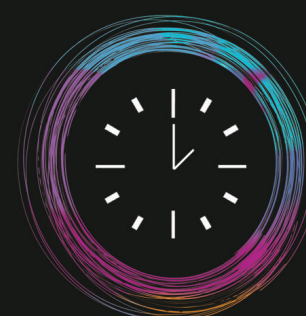
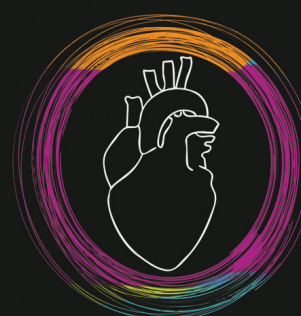
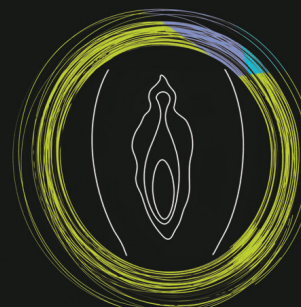
OSLOMET

Dette heftet er utarbeidet av Kreftomsorg Rogaland med tilskuddsmidler fra Helsedirektoratet.



La oss snakke om KREFT OG SEKSUALITET

Med pasient og partner



Språk



Språk er vårt viktigste verktøy i kommunikasjon. I tillegg formidler kroppsspråket holdninger, interesser og prioriteringer. Vi har samlet noen eksempler på formuleringer som passer til ulike kontekster.

Med **åpne spørsmål** får vi tak i pasientens perspektiver, narrativer og ressurser.

La pasienten ordlegge seg om sin egen situasjon.

Mange som gjennomgår denne sykdommen/behandlingen opplever at seksuallivet påvirkes [se eksempler til høyre], hvordan er det for deg?

Hva har du prøvd for å løse utfordringene du beskriver?

Hva er viktig for deg i ditt seksualliv?

Hva kan jeg hjelpe deg med for å bedre din seksuelle helse?

Hvordan påvirker sykdommen/behandlingen intimiteten din?

Hva har du fått vite om hvordan ditt seksualliv kan påvirkes av behandlingen?

Hvilke hjelpemidler har du prøvd tidligere?

Lukkede spørsmål kan avgrense og avklare, men bør ikke brukes for mye.

Ønsker du å snakke om hvordan sykdommen og behandlingen kan påvirke seksuallivet (nå eller senere)?

Er det en partner du ønsker å ha med i samtalen?

Har du smerter eller plager ved seksuell aktivitet?

Spør om du har oppfattet riktig:

“Har jeg oppfattet det du sa riktig når jeg forstår det slik at...?”

Nedsatt følsomhet

Urin/avføringslekkasje

Orgasmeutfordringer

Ereksjonsvikt

Fatigue

Psykologiske endringer

Relasjonelle endringer

Endret lyst

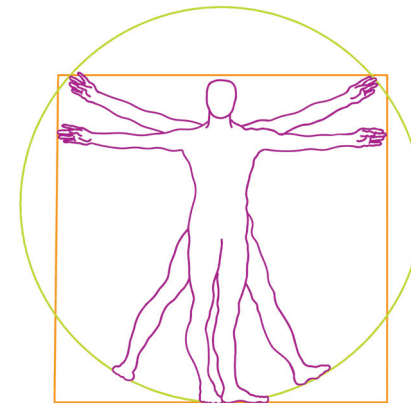
Smerter

Søvnvansker

Ufrivillig barnløshet

Tørre og såre vaginale slimhinner

Kirurgi, cellegift, stråling og medikamentell behandling kan påvirke slimhinnefunksjon, nerver og blodsirkulasjon. Dette kan gi en rekke plager, og disse er ofte sammensatte og påvirker selvbylde, samliv og seksualitet. Du kan lese pasientfortellinger om hvordan disse plagene påvirker seksuallivet i heftet “Kreft og seksualitet”. Det finnes mange løsninger på en utfordring, og samme løsning passer ikke for alle! Vi nevner 12 vanlige plager her.



Hvordan?

Bruk et klart og presist språk, og merk deg ordene pasienten anvender. Resten av denne folderen gir konkrete innspill slik at “toveis-tabuet” ikke hindrer en samtale.

Hvem?

Alt helsepersonell skal kunne snakke om seksualitet. De fleste seksuelle utfordringer har en relasjonell side. I samtaler med partner til stede finner de ofte selv løsninger og alternativer som passer for dem.

Hvor?

Unngå flermannsrom og rom med mange forstyrrelser. Du kan ta opp temaet, for eksempel ved å gi pasienten heftet “Kreft og seksualitet”, for å forberede samtale på et senere tidspunkt, men heftet erstatter ikke samtale!

Hva?

Kreftbehandling rammer seksualiteten, både kroppslig og psykologisk. Helsepersonell mener ofte at de selv ikke kan nok til å snakke om seksualitet med pasient og partner - du kan mer enn du tror! Informasjon om ulike utfordringer og løsninger finnes. I denne folderen kan du lese mer om samtaleverktøy og konkrete hjelpemidler. Med dette som utgangspunkt kan du hjelpe pasient og partner når de ønsker å starte rehabiliteringen av sitt seksualliv.

Når?

Pasientene ønsker og forventer at vi tar opp temaet flere ganger og i flere faser av behandling og sykdom fordi mottakeligheten varierer. Vi signaliserer samtidig viktigheten av temaet, åpenhet og interesse. Journalfør og samarbeid med kollegaer innad og på tvers av fagmiljøer slik at vi kan bygge videre på hverandres arbeid. Det trenger ikke ta lang tid!

Hvorfor?

Helsepersonell har etisk og lovpålagt plikt til å gi informasjon og veiledning om hvordan sykdom og behandling kan påvirke helse, også den seksuelle helsen. Seksuell helse er en viktig ressurs gjennom hele livsløpet. Uansett alder, kjønn, sivilstatus og funksjonsnivå betyr fungerende seksualliv mye for livskvaliteten. Når vi tilbyr helhetlige helsetjenester styrker vi også folkehelsen.