



- > Ni ud af ti danskere mellem 16 og 95 år finder det vigtigt, meget vigtigt eller særdeles vigtigt at have et godt sexliv.
- > Forekomsten af seksuelle problemer stiger med alderen.
- > Omtrent hver tiende voksne dansker har oplevet en seksuel dysfunktion inden for det seneste år.
I et nyere tværsnitsstudie blandt 16-95-årige rapporterede 11 % af både mænd og kvinder således at have oplevet mindst én af de klassiske seksuelle dysfunktioner inden for de seneste 12 måneder. Hos mændene drejede det sig om for tidlig sædafgang (7 %), rejsningsbesvær (5 %), orgasmeproblemer (2 %) og samlejesmerter (<1 %), mens kvinderne angav tørhed i skeden (7 %), orgasmeproblemer (6 %), samlejesmerter (3 %) og skedekrampe (<1 %).
- > Seksuelle dysfunktioner, især for mænds vedkommende, forekommer hyppigst hos socioøkonomisk mindre privilegerede.
Blandt deltagerne i en dansk tværsnitsundersøgelse var forekomsten af seksuel dysfunktion markant forøget blandt mænd, som havde haft besvær med at betale deres regninger inden for det seneste år, og arbejdsløshed var forbundet med tre gange øget risiko for rejsningsbesvær.

Sundhed og livsstil kan påvirke sexlivet

- > I både observations- og interventionsstudier er det demonstreret, at fysisk aktivitet, vægttab og rygestop både kan forebygge og reducere rejsningsproblemer.
I en amerikansk undersøgelse, hvor man fulgte 1.156 40-70-årige mænd i knap ni år, så man, at mænd, der var fysisk aktive ved undersøgelsens start, havde halvt så stor risiko for at udvikle rejsningsproblemer som dem, der var fysisk inaktive.

I en dansk tværsnitsundersøgelse havde mænd, som regelmæssigt dyrkede let motion, signifikant færre problemer med for tidlig sædafgang og samlejesmerter end fysisk inaktive mænd. Danske kvinder, som dyrkede motionsidræt eller udførte tungt fritidsarbejde mindst fire timer om ugen, oplevede færre seksuelle dysfunktioner, end kvinder som var fysisk mindre aktive.

Undersøgelser viser, at forekomsten af orgasmeproblemer og for tidlig sædafgang er mere end fordoblet blandt danske mænd, som drikker mere end 21 genstande om ugen, i forhold til mænd, som drikker 1-7 genstande.

En dansk undersøgelse viste, at rejsningsproblemer var halvt så hyppige blandt ikke-rygere som hos både rygere og tidligere rygere.

- > Psykiske og somatiske problemer kan føre til seksuel mistrivsel, og sygdomsbehandling kan medføre seksuelle bivirkninger. Det drejer sig især om diabetes, hjertelungesygdomme, hudsygdomme, kræftsygdomme, gigtsygdomme, gynækologiske lidelser og kroniske smertetilstande.
I et dansk opfølgingsstudie af strålebehandlede livmoderhalskræftpatienter angav en tredjedel utilfredshed med sexlivet 12 måneder efter strålebehandlingen. 40 % oplevede tørhed i skeden med ledsagende samlejesmerter, og 62 % opnåede sjældent eller aldrig orgasme. Omtrent halvdelen af kvinderne var ikke længere seksuelt aktive.

I et dansk studie af mænd behandlet med knæ- eller hoftealloplastik så man, at der hos mere end en fjerdedel af patienterne tilkom rejsningsproblemer, og 17 % af patienterne mistede evnen til en tidligere praktiseret seksuel aktivitet efter det kirurgiske indgreb.

Seksualitet kan påvirke sundhed og livsstil

- > Tilfredsstillende sexliv bidrager positivt til livskvalitet og psykosocial trivsel. Ved kronisk sygdom kan et velfungerende sexliv desuden udgøre et eksistentielt "helle", som giver livsmod og ressourcer til at mestre en vanskelig situation.
- > Litteraturen på dette område er sparsom, men enkelte studier peger på, at patienter, hvis sexliv medinddrages i behandling og rehabilitering, har bedre behandlingsmotivation end patienter med ubehandlede problemer og dysfunktioner.
- > Der er god evidens for sammenhænge mellem på den ene side seksuel mistrivsel, stigmatisering, sexsygdomme og seksuelle overgreb og på den anden side nedsat velvære, livskvalitet og sundhed. For kronisk syge gælder ofte, at seksuelle problemer kan resultere i mindsket behandlingsmotivation og yderligere sygdom.
Omkring 50.000 personer – primært yngre – smittes årligt med klamydia. Ca. 20.000 personer behandles hvert år for kondylomer, og af dem er ca. 60 % under 30 år. Der diagnosticeres årligt 250-300 personer med hiv (knap halvdelen er mænd, der har sex med mænd), og ca. 5.500 danskere lever med en hiv-diagnose uden selv at vide det. Ubeskyttet sex medfører årligt ca. 5.000 tabte leveår for kvinder og ca. 1.800 tabte leveår for mænd, fortrinsvis som følge af virus-associerede kræftformer og aids.