



## Mere sex i sundhedsvæsenet!

### **Større fokus på seksualitet kan gavne befolkningens sundhed, viser ny rapport fra Vidensråd for Forebyggelse**

Et godt sexliv er ikke bare krydderi på tilværelsen - det spiller også en rolle for sundhed og sygdom. Problemet er bare, at seksualitetens betydning ofte overses i sundhedsarbejdet. Vidensråd for Forebyggelse vil med en ny rapport gøre op med tabuet og sætte seksualitetens betydning for vores sundhed på dagsordenen.

»Man kan tale om en slags "tovejstabu", hvor patient og behandler fastholder hinanden i fortielsen af seksuelle temaer. Tabuiseringen af sexlivet er til skade for både den enkelte patient og for folkesundheden«, siger Morten Frisch, formand for arbejdsgruppen, der står bag rapporten "Seksualitet og Sundhed", og opfordrer til, at der skal ske en egentlig oprustning af det seksuelle aspekt i sundhedsvæsenets forskellige sektorer.

»Når seksualitet behandles i sundhedsvæsenet, drejer det sig ofte om forebyggelse af seksygdomme og uønsket graviditet. Dette til trods for, at omtrent hver tiende voksne dansker har oplevet en seksuel dysfunktion inden for det seneste år, og at 90 procent af danskerne mellem 16 og 95 år finder det vigtigt, meget vigtigt eller særdeles vigtigt at have et godt sexliv«.

Selvom området langt fra er tilstrækkeligt belyst, peger forskning på, at seksualitet, sundhed og sygdom hænger sammen: At livsstil og sygdom har indflydelse på seksualiteten, og at der omvendt er helbredsfordele ved et tilfredsstillende sexliv. Blandt andet har kendte risikofaktorer som alkohol og rygning negativ indvirkning på sexlivet. Forekomsten af orgasme problemer 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, og rejsningsproblemer er halvt så hyppige blandt ikke-rygere som hos rygere.

Fysisk aktivitet har til gengæld en positiv effekt på sexlivet. En stor amerikansk undersøgelse viser, at mænd der er fysisk aktive har halvt så stor risiko for at udvikle rejsningsproblemer som dem, der er fysisk inaktive. Ulighed i sundhed gør sig også gældende her. Således peger et dansk studie på, at arbejdsløshed blandt mænd er forbundet med tre gange øget risiko for rejsningsbesvær.

Også sygdom kan påvirke sexlivet. I et dansk studie af strålebehandlede kvinder med livmoderhalskræft 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. Og omtrent halvdelen af kvinderne var ikke længere seksuelt aktive.

Rapporten kommer med flere konkrete bud på, hvordan seksualitet kan inddrages i sundhedsarbejdet. Blandt andet foreslås det, at sundhedsprofessionelle skal klædes bedre på til at oplyse og rådgive om eventuelle seksuelle bivirkninger i forbindelse med behandlinger. Seksuelle aspekter kan rutinemæssigt indgå i patientoplysningsmateriale, og befolkningen bør have tilstrækkelig viden til at undgå og håndtere almindeligt forekommende seksuelle problemer. Et oplagt tiltag er, at patientforeninger og centrale sundhedsmyndigheder rutinemæssigt inddrager seksualitet i oplysnings- og rådgivningsaktiviteter.

»Hvis vi som fagfolk i sundhedsvæsenet tør sætte seksualitet på dagsordenen på lige fod med alle mulige andre emner, så vil vi for eksempel kunne gøre det lettere for mange at håndtere en kronisk sygdom og opretholde en rimelig livskvalitet på trods af de belastninger, sygdommen medfører«, slutter Morten Frisch og understreger, at der i det hele taget er store sundhedsgevinster at hente ved at inddrage det seksuelle aspekt i forskning, forebyggelse og behandling.

Formand for Vidensråd for Forebyggelse Morten Grøn bæk  
24 24 81 65 / mg@si-folkesundhed.dk

Overlæge, adjungeret professor Morten Frisch  
32 68 31 60 / mfr@ssi.dk

Pressekontakt Siff Malue Nielsen  
35 44 82 20 / 40 40 04 44 / smn.vff@dadl.dk