

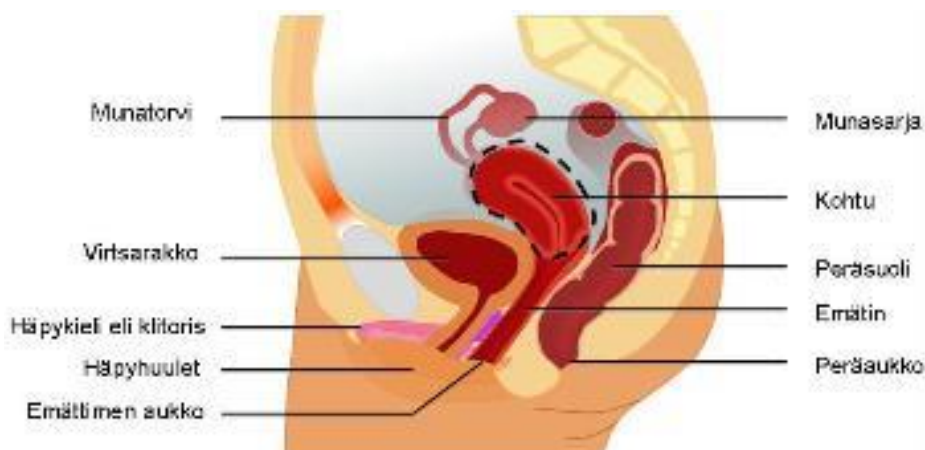
## KOHDUNPOISTO JA SEKSUAALISUUS

### Lantion alueen rakenne ja toiminta kohdunpoiston jälkeen

Kohtu on suunnilleen naisen nyrkin kokoinen ja painaa tavallisesti 100 grammaa. Kohdunpoisto muuttaa jonkin verran lantionpohjan rakennetta. Kohdunpoistoleikkauksessa poistetaan koko kohtu eli kohdun runko, kohdunkaulan kanava ja kohdun napukka. Emätin ja ulkosynnyttimet pysyvät leikkauksessa toiminnallisesti täysin ennallaan. Myös munasarjojen toiminta säilyy ennallaan kohdunpoiston jälkeen, mikäli niitä ei poisteta.

Kohdunpoiston jälkeen kuukautisvuoto loppuu. Raskaus ei kohdunpoiston jälkeen ole enää mahdollinen, joten raskaudenehkäisyä ei tarvita. On hyvä kuitenkin tietää, että kohdunpoisto voi aikaistaa vaihdevuosisoireiden alkamista parista kuukaudesta muutamaan vuoteen.

### Lantion alueen rakenne



### Minäkuva ja naiseuden kokemus

On täysin luonnollista, että kohdunpoistoleikkauksen aiheuttamat kehon muutokset ja arvet saattavat aiheuttaa monenlaisia tunteita ja kysymyksiä naiseuden ja minäkuvan suhteen. Kohdunpoiston aiheuttamaan menetyksen tunteeseen vaikuttaa käsitys omasta itsestä. Myös ulkonäköön, äitiyteen ja lisääntymiskykyyn liittyvät tekijät voivat vaikuttaa kokemukseen kohdunpoistosta. Minäkuva voi kohdunpoiston jälkeen pysyä ennallaan tai jopa parantua.

### Seksuaalinen toimintakyky

Hyvänlaatuisista syistä tehdyllä kohdunpoistolla ei nykytiedon mukaan ole vaikutusta naisen seksuaalisuuden osa-alueisiin. Kohdunpoisto ei vaikuta heikentävästi seksuaaliseen nautintoon, orgasmien määrään tai laatuun, emättimen kostumiseen tai tyytyväisyyteen omaa seksuaalisuutta kohtaan. Elämänlaatu voi jopa parantua vaivojen, vuotojen ja raskaudenehkäisyn tarpeen poistuessa. Myös mahdolliset yhdyntäkivut voivat helpottua. Yhdyntää voi halutessaan kokeilla aikaisintaan 3–4 viikkoa leikkauksen jälkeen, tähystämällä tehty kohdunpoistoleikkaus voi vaatia 2 kuukauden toipumisajan. Kysy asiaa tarkemmin lääkäritäsi. Toipumisajan jälkeen seksuaalielämälle ei ole rajoitteita.

## Lantionpohjan lihasten ja limakalvojen hoito

Lantionpohjan lihasten hoito on tärkeää kohdunpoiston jälkeen, koska lantion alueen rakenne muuttuu jonkin verran kohdunpoistoleikkauksessa. Lantionpohjanlihasten harjoittelulla voit parantaa lihasten kuntoa ja ennaltaehkäistä virtsankarkailua. Hyvät lantionpohjanlihakset lisäävät myös seksuaalista mielihyvää.

Emättimen limakalvon kuivuminen aiheuttaa arkuutta ja kirvelyä. Kuivia limakalvoja voi hoitaa perusvoiteilla ja öljyillä. Naisen elämässä on myös aikoja, jolloin yhdynnässä saatetaan tarvita liukastetta. Yhdynnässä kuivat limakalvot aiheuttavat kipua ja limakalvovaurioita. Apteekeista, tavarataloista ja seksikaupoista voit halutessasi ostaa vesiliukoista, öljy- tai silikonipohjaista liukuvoidetta.

Kysy hoitohenkilökunnalta lisää ohjeita lantionpohjan lihasten harjoitteluun ja limakalvojen hoitoon. Lue myös erillinen ohje Hoito-ohjeet.fi sivustolta: [Intiimialueen ihon- ja limakalvon hoito](#).

## Älä mieti yksin

Kohdunpoiston herättämistä kysymyksistä, tunteista ja ajatuksista on hyvä keskustella sekä hoitohenkilökunnan että mahdollisen kumppanin kanssa. Joskus on hyvin vaikea kertoa milta itsestä todella tuntuu. Voit ottaa asian puheeksi kumppanisi kanssa vaikka tämän potilasohjeen avulla.

Naistenklinikassa on mahdollisuus myös seksuaalineuvojan kanssa keskusteluun yksin tai yhdessä kumppanin kanssa.

## Seksuaalineuvontavastaanotto Tyksissä ja Salon sairaalassa

### Ajanvaraus ja tiedustelut:

- Tyksin naistentautien poliklinikka arkisin 8.15-15.30 p. **02 313 1322**
- Salon sairaalan naistentautien poliklinikka ma-to klo 8-16 ja pe klo 8-14 p. **02 314 4535**

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • [www.vsshp.fi](http://www.vsshp.fi) • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.