

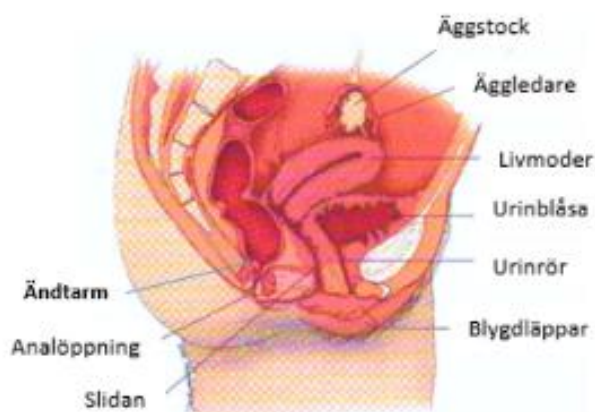
Hysterektomi och sexualitet

Bäckenområdets struktur och funktion efter en hysterektomi

Livmodern är ungefär lika stor som en kvinnas knytnäve och väger vanligtvis 100 gram. En hysterektomi förändrar en aning bäckenbottens struktur. Vid en hysterektomi avlägsnas hela livmodern dvs. livmoderkroppen, livmoderhalskanalen och livmodertappen. Slidan och de yttre könsorganen blir vid operationen funktionellt helt som förut. Också äggstockarna fungerar som förut efter en hysterektomi, såvida de inte avlägsnas.

Efter hysterektomin upphör menstruationerna. Efter en hysterektomi är en graviditet inte längre möjlig, så det behövs inga preventivmedel. Det är i alla fall bra att känna till att en hysterektomi kan göra att klimakteriesymptomen kan börja tidigare, från ett par månader till några år.

Bäckenområdets struktur



Jagbilden och känslan av att vara kvinna

Det är helt naturligt att de ärr och de förändringar i kroppen som en hysterektomioperation orsakar kan orsaka många slag av känslor och frågor gällande kvinnligheten och jagbilden. Den förlustkänsla som hysterektomin orsakar inverkar på uppfattningen av det egna jaget. Också faktorer som har att göra med utseendet, moderskap och fortplantningsförmågan kan inverka på hur en hysterektomi uppfattas. Efter hysterektomin kan jagbilden förbli oförändrad eller rentav förbättras.

Den sexuella funktionsförmågan

Enligt nuvarande kunskap har en hysterektomi som utförts på grund av godartade orsaker ingen inverkan på de sexuella områdena. En hysterektomi inverkar inte försämrande på den sexuella njutningen, antalet orgasmer eller deras kvalitet, slidans fuktighet eller tillfredsställelsen

beträffande den egna sexualiteten. Livskvaliteten kan rentav förbättras när besvären, blödningarna och behovet av prevention bortfaller. Också eventuella samlagssmärter kan lindra. Om man så önskar kan man prova med samlag tidigast 3–4 veckor efter operationen. Ifall din livmoder har opererats bort via en titthålsoperation, kräver livmodersåret en längre, två månader lång, läkningstid. Samlag är inte tillåtna under den tiden. Efter konvalescenstiden finns det inga begränsningar för sexuallivet.

Skötseln av musklerna i bäckenbotten och slemhinnorna

Efter en hysterektomi är det viktigt att sköta om musklerna i bäckenbotten eftersom strukturen i bäckenområdet ändrar en aning efter hysterektomioperationen. Genom träning av musklerna i bäckenbotten kan du förbättra musklernas kondition och förebygga urininkontinens. Om musklerna i bäckenbotten är i gott skick så ökar det också den sexuella tillfredsställelsen.

När slemhinnan i slidan torkar orsakar det ömhet och sveda. Torra slemhinnor kan behandlas med bassalvor och oljor. I en kvinnas liv finns det också tider då det kan behövas glidsalvor vid samlaget. Vid samlaget orsakar torra slemhinnor smärta och skador på slemhinnan. Om du så önskar kan du köpa vattenlösliga, olje- eller silikonbaserade glidsalvor på apoteken, i varuhuset eller i sexaffärer.

Fråga vårdpersonalen om mera råd för träning av musklerna i bäckenbotten och om behandlingen av slemhinnorna eller du kan läsa mera om det [www.hoito-ohjeet.fi/Vård av hud och slemhinnor på intimområdet](http://www.hoito-ohjeet.fi/Vård_av_hud_och_slemhinnor_på_intimområdet).

Grubbla inte ensam

En hysterektomi väcker känslor och tankar som det är bra att diskutera både med vårdpersonalen och med en eventuell partner. Ibland är det mycket svårt att berätta om hur det verkligen känns. Du kan ta saken till tals med din partner till exempel med hjälp av den här patientinstruktionen.

Ta modigt till tals om du vill fråga och diskutera saker som gäller din sexuella välmåga med läkaren eller med skötare. På kvinnokliniken i Åbo och Salo finns även sexualrådgivarens mottagning vart man kan boka tid för samtal ensam eller tillsammans med sin partner.