



Newsletter

Dyskusja o seksualności z pacjentami

Coloplast®
Professional

Niniejszy artykuł powstał na podstawie prezentacji dr Brigitte Schantz Laursen, wygłoszonej na konferencji Coloplast Ostomy Days w 2018 roku.

Birgitte jest pracownikiem naukowym w szpitalu uniwersyteckim w Aalborg w Danii. Specjalizuje się w seksuologii, a jej badania koncentrują się na wpływie raka i chorób przewlekłych na seksualność pacjentów. W ciągu ostatnich 10 lat ściśle współpracowała z pielęgniarkami i innymi pracownikami ochrony zdrowia, aby pomóc im набrać większej pewności siebie w poruszaniu kwestii seksualności i intymności ze swoimi pacjentami.

Zajmowanie się seksualnością pacjentów jest elementem holistycznego podejścia do opieki nad pacjentem - szczególnie w przypadku opieki nad pacjentami cierpiącymi na choroby przewlekłe. W tym artykule przedstawimy, w jaki sposób życie ze stomią wpływa na seksualność pacjentów i jak zająć się tym ważnym obszarem życia pacjenta.

Sześć sposobów na zajęcie się seksualnością pacjentów

- Edukuj się
- Bądź profesjonalny i oficjalny
- Bądź świadomy swoich osobistych uprzedzeń i ograniczeń - zmierz się z nimi
- Przygotuj się do rozmowy - ćwicz różne scenariusze rozmowy z bliskimi
- Zidentyfikuj dostępne zasoby i skorzystaj z nich
- Stwórz swój własny zestaw przeciwczerwonych pytań i sposobów postępowania

Znaczenie seksualności

Światowa Organizacja Zdrowia¹ definiuje seksualność jako: "...główny aspekt bycia człowiekiem...[Obejmuje] płeć, tożsamość, orientację seksualną, erotyzm, przyjemność, intymność i reprodukcję. Seksualność jest doświadczana i wyrażana w myślach, fantazjach, pragnieniach, przekonaniach, postawach, wartościach, zachowaniach, praktykach, rolach i relacjach". Definicja ta podkreśla, że na seksualność wpływają różne czynniki, w tym biologiczne, fizjologiczne i społeczne.

Większość badań naukowych² na ten temat podkreśla również znaczenie seksualności dla naszego dobrego samopoczucia i jakości życia. Na przykład badania wskazują, że zdrowe życie seksualne może ułatwić przezwyciężenie choroby i lepszą jej kontrolę. Wyniki te pochodzą z badania przeprowadzonego na pacjentach z cukrzycą, które wykazało, że poziom glukozy był lepszy wśród pacjentów z dobrym życiem seksualnym i dobrymi relacjami, niż wśród pacjentów, którzy mieli problemy ze swoją seksualnością.

"Jako pielęgniarki często mówimy o opiece holistycznej i musimy pamiętać, że zajmowanie się seksualnością jest częścią takiej opieki". - Birgitte Schantz Laursen.

Szwedzcy naukowcy³ zbadali rolę oksytocyny, hormonu uwalnianego podczas stosunku płciowego. Jedną z unikalnych właściwości tego hormonu jest to, że czujemy się zrelaksowani i zadowoleni, dlatego też często wiąże się go z redukcją stresu i ogólną poprawą zdrowia. Ponieważ oksytocyna uwalniana jest w wyniku kontaktów intymnych, podkreśla to ich znaczenie dla naszego ogólnego samopoczucia.

Jak życie ze stomią wpływa na seksualność pacjenta - fizycznie i psychicznie

"Choroby doświadczamy zawsze całym sobą, co wpływa na wszystkie aspekty naszej egzystencji" - wyjaśnia Birgitte Schantz Laursen. "Nawet choroba o ściśle biologicznych konsekwencjach wpływa na psychologiczne i społeczne aspekty naszego życia".

Nic więc dziwnego, że życie ze stomią może mieć głęboki wpływ na seksualność pacjentów. Badania⁴ wskazują, że istnieje szereg fizycznych i psychologicznych wyzwań, z którymi pacjenci muszą sobie poradzić. Muszą oni nie tylko zaakceptować fundamentalne zmiany w ciele związane z operacją wyłonienia stomii; muszą także stawić czoła lękom i obawom związanym ze zmienionym po operacji ciałem, jeśli chodzi o intymność seksualną.

W przypadku mężczyzn operacje w okolicy miednicy mogą skutkować uszkodzeniem nerwów, prowadząc do zaburzeń erekcji, trudności z wytryskiem

i problemów z orgazmem. W przypadku kobiet operacje i zabiegi (takie jak radioterapia) mogą powodować suchotę pochwy, dyspareunię (ból podczas stosunku) i problemy z orgazmem.

Położenie worka stomijnego może wpływać na pozycję podczas stosunku płciowego i może wymagać zmiany ról. Jeśli jedna z osób musi zmienić rolę z aktywnej na bardziej pasywną, może to podważyć jej pogląd na własną sprawność seksualną i tożsamość. Pacjenci zgłaszają również obawę, że worek stomijny odklei się podczas stosunku.

Niektórzy pacjenci zaczynają spać osobno z obawy, że partner w nocy może przez nieuwagę oderwać worek stomijny.

Tego typu mechanizmy radzenia sobie mają oczywiście wpływ na intymność w związku.

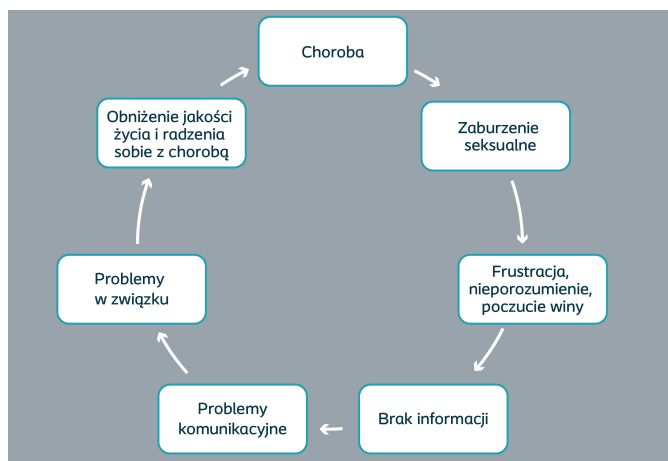
Perspektywa pacjenta

Chociaż seks i seksualność są dość popularne w literaturze i rozrywce, to nadal są to tematy wrażliwe, które mogą być trudne do omówienia, nawet między osobami będącymi w związku. Tak więc perspektywa rozmowy na ten temat z zupełnie obcą osobą - nawet jeśli jest to pracownik ochrony zdrowia - może być zniechęcająca.

Niemniej jednak badania pokazują, że 85% pacjentów chce, aby pracownicy ochrony zdrowia rozmawiali z nimi o ich problemach seksualnych⁵. Jednakże, 68% boi się poruszyć ten temat z obawy, że zawstydzi swojego lekarza lub pielęgniarkę⁶. A 71% obawia się, że ich lekarz lub pielęgniarka nie zajmą się tym problemem⁷.

Oczywiste jest, że pacjenci oczekują, że ich lekarze zajmą się tym tematem i zapewnią im narzędzia lub porady, które pomogą im poradzić sobie z wyzwaniami w tym zakresie.

"Jako pracownicy ochrony zdrowia, mamy za zadanie zatrzymanie tego błędnego koła". - Birgitte Schanz Laursen



Perspektywa pracowników ochrony zdrowia

Skoro seksualność odgrywa tak ważną rolę w życiu, a podstawą opieki holistycznej jest dbanie o dobrostan pacjenta we wszystkich obszarach jego egzystencji, to dlaczego dbałość o ten element nie jest standardem? Badania⁸ sugerują, że istnieje wiele powodów, dla których pracownicy ochrony zdrowia unikają tematu seksualności. Obejmują one brak czasu, obawy o obrażenie lub zawstydzenie pacjenta. Niektórzy uważają, że to nie jest ich zadanie, że seksualność nie jest dla pacjenta priorytetem przed i w trakcie leczenia; lub że jest to temat, który pacjenci będą woleli omówić ze swoim partnerem.

Wszystko to prowadzi do tego, co Birgitte Schanz Laursen nazywa "dwukierunkowym tabu". Jak wyjaśnia, "na milczenie pacjenta odpowiadamy milczeniem, potwierdzając mu, że jest z tym tematem sam".

Dlaczego zajmowanie się seksualnością może być wyzwaniem

Jednym z powodów, dla których zajmowanie się seksualnością może być wyzwaniem, jest podejście pracowników ochrony zdrowia do pacjentów.

"W naszych rozmowach z pacjentem zwykle używamy siebie jako instrumentu. Tak więc nasze własne uczucia mogą wpływać na naszą zdolność do skutecznej komunikacji" - mówi Birgitte. Kolejna przeszkoda wiąże się z brakiem przeszkolenia. Jeśli pracownicy ochrony zdrowia nie są przeszkoleni w zakresie rozmowy na temat seksualności, stają się zależni od osobistych doświadczeń. To z kolei sprawia, że czują się bezbronni i nieprofesjonalni⁹.

"Jako pielęgniarki jesteśmy uczone oddzielania sfery prywatnej od zawodowej. Zawsze powinnyśmy nawiązywać osobisty kontakt z pacjentami, ale nigdy nie powinnyśmy pozwalać, aby nasze prywatne uczucia wpływały na sposób, w jaki wchodzimy w interakcje z pacjentem. A ponieważ seksualność należy do sfery prywatnej, poruszanie tego tematu w profesjonalny sposób może być trudne" - wyjaśnia Birgitte.



Wskazówki jak rozmawiać o seksualności

Jak więc pracownicy ochrony zdrowia mogą pokonać te bariery i zapewnić wsparcie, jakiego oczekują i potrzebują pacjenci?

"Czasami wystarczy po prostu wspomnieć o tym temacie" - mówi Birgitte. "W ten sposób okazujesz pacjentowi zrozumienie i przyznajesz, że może to stanowić problem". Jeśli barierą jest brak czasu, zawsze można wspomnieć

o seksualności podczas przekazywania instrukcji na temat używania worka stomijnego. A jeśli obawiasz się poruszenia tak prywatnego tematu, możesz spróbować mówić o seksualności w trzeciej osobie, używając zwrotów takich jak: "Niektórzy pacjenci doświadczają tego problemu..." zamiast bardziej spersonalizowanego: "Możesz doświadczać tego problemu..." Inną techniką jest stosowanie pytań otwartych, które pozwalają pacjentom opowiedzieć swoją historię własnymi słowami.

Dla tych, którzy mogą czuć, że brakuje im wiedzy lub kompetencji potrzebnych do zajmowania się seksualnością, Birgitte ma następujący przekaz: "Masz wiedzę, ponieważ wiesz, jak operacja wyłonienia stomii może wpłynąć na funkcje seksualne. Więc nie wstydź się! Po prostu zacznij".

Odwołania:

1. WHO 2006
2. Brody J sex med 2010
3. Uvnäs-Moberg et. al Frontiers in psychology, 2015
4. Vural et. al 2016, Houston 2017, Smith & Simpson 2016
5. Southard & Keller 2009
6. Persson et al. 2005
7. Marwick 1999, Traumer 2018
8. Moore et. al 2013; Houston 2017
9. Almås & Bennested 2016

Coloplast opracowuje produkty i usługi, które ułatwiają życie osobom z bardzo osobistymi i prywatnymi schorzeniami. Ścisłe współpracując z osobami, które używają naszych produktów, tworzymy rozwiązania, które są odpowiadają na ich specjalne potrzeby. Nazywamy to intymną opieką zdrowotną. Nasza działalność obejmuje opiekę stomijną, opiekę nad pacjentami z nietrzymaniem moczu, opiekę nad ranami na skórze oraz urologię interwencyjną. Działamy globalnie i zatrudniamy około 12 000 pracowników. Pani Birgitte Schantz Laursen otrzymała wynagrodzenie za pracę dla Coloplast A/S. Treść tego artykułu, w tym odwołania, zostały wykonane pod kierunkiem Pani Birgitte Schantz Laursen.