

SPOLNOST PO PREBOLELI MOŽGANSKI KAPI

Štefan Horvat, dr. med.

Septembra smo se v Lendavi zbrali na vseslovenskem srečanju bolniki po preboleli možganski kapi in drugi člani klubov CVB. Prijetno septembrsko sonce je bilo kot nalašč za druženje in besedovanje ob kavici na trgu ob znamenitem lendavskem kulturnem domu, ko me je Zlatka Babšek, urednica našega glasila Kapnik, vprašala, ali bi napisal kakšen članek. O čem bi pa naj pisal, sem jo vprašal, in Nejc Sluga, ki je prav tako bil pri našem omizju, je dejal, kaj če bi pisal o seksu po kapi. Seveda sem bil takoj za to, saj je tema predstavljala izziv tudi zame.

To ni šala, to je resna stvar.

Spolnost je pogosto priljubljena tema pogovorov in tudi šal, a ko je treba o njej resno spregovoriti, se nam vsem nekako zatika. Težko iskreno spregovorimo o doživljanju spolnosti in še težje o težavah, predvsem pa, ko gre za težave, ki so posledice bolezni. Dokler smo zdravi, prenašamo spremembe v življenju z lahkoto in brez, da bi se tega prav zavedali. Kadar smo v nekem partnerskem odnosu, v odnosu s svojci, družbo in okolico, imamo občutek, da nekomu pripadamo, da nas nekdo tudi potrebuje. Ti odnosi bogatijo naše življenje, a roko na srce, nekateri nam ga tudi bremenijo. Je pač tako, da nam neki ljudje prinašajo srečo s svojim prihajanjem, drugi z odhajanjem iz našega življenja. To moramo vzeti v zakup, verjeti pa tudi moramo, da obstaja ljubezen za vsakega izmed nas.

Prva skrb bolnika in svojcev ob prebolevanju možganske kapi je, ali bo(m) preživel, pozneje pa se začno postavljati tudi druga vprašanja, kako bo potekala rehabilitacija in kako bom(o) ponovno zaživel(i). V času rehabilitacije ima veliko vlogo partnerski odnos, ki pa ga je treba preveriti, izprašati, utrditi ali povsem na novo ustvariti v nekih novih okoliščinah. Poiskati je treba nov smisel skupnega življenja, sobivanja. Rehabilitacija je običajno dolgotrajna in zahtevna, prav takšno je dolgotrajno in zahtevno ustvarjanje življenja v partnerstvu. Zaradi kapi je najpogosteje prizadeta motorika, kar je tudi najbolj vidno in zaznavno, pogosto pa se pojavijo tudi psihične spremembe, in, kar je najtežje, občutek nemoči, odvisnosti od drugih in nekoristnosti. Odnos med bolnikom in svojci se zaradi tega močno spremeni, ob bolniku pa se zaradi težke preizkušnje spremenijo tudi svojci. Zato je tako pomembno, da smo sposobni skupaj ustvariti nek nov odnos. To pa je mogoče, če se odkrito pogovarjamo o težavah, pričakovanjih, stiskah in tudi novih ciljih v življenju.



Sproščeno življenje, sproščena spolnost

Če po bolezni ustvarimo iskren odnos, v katerem nas več ne bremenijo neizrečene besede o naših občutkih in pričakovanjih, potem je to zelo dobra osnova tudi za sproščeno spolno življenje. Najprej pa moramo vedeti in biti prepričani v to, da je tudi po možganski kapi spolno življenje možno in z zdravstvenega vidika dovoljeno, dejstvo pa je, da to ni več tako preprosto in samoumevno.

Kako je torej s spolnostjo po preboleli kapi?

Ko se partnerja odločita za spolne odnose po preboleli kapi, običajno nastopijo težave. Najprej se je treba o njih odkrito pogovoriti. Partnerja morata preveriti, ali ju spolnost še zanima, in ko to razrešita, je spolni odnos običajno možen bodisi sam po sebi ali ob pomoči zdravnika ali psihologa. Obstaja kar nekaj dejavnikov, ki neugodno vplivajo na spolnost po preboleli kapi. Omenil sem že psihične spremembe in spremembe čustvovanja, pogoste pa so tudi težave z gibljivostjo oziroma motoriko, ki pa jih lahko do neke mere rešimo z iskanjem pravega položaja, primernega ležišča in s tem, da si za odnos vzamemo dovolj časa. Moteč dejavnik pa so lahko tudi nekatera zdravila, ki vplivajo na krvni tlak in na ritem srca. Ta zdravila zmanjšujejo erekcijo in vplivajo na željo po spolnosti ali libido. Kajti bolezni žil, ki so bile vzrok za nastanek kapi, vplivajo tudi na nastanek erekcije, za katero je, kot vemo, potreben povečan pretok krvi skozi spolni ud. Zdravniku, ki nas zdravi, je treba zaupati težave. Kaj ta lahko stori? Z drugimi zdravili lahko sestavi enako učinkovito terapijo zdravljenja bolezni po kapi, ki pa bodo imela manj negativnih učinkov na erekcijo in na libido. V zadnjih letih pa je na voljo tudi več zdravil, ki ugodno vplivajo na erektilno funkcijo in se lahko jemljejo hkrati z zdravili, ki se uporabljajo za zdravljenje po možganski kapi. Letih pa nikakor ne smemo opustiti.

Pod odejo

Spolnost ni samo za mlade in zdrave, ampak si jo želimo in jo potrebujemo vsi. Pomembno vpliva na partnerski odnos, kar so dobro vedeli že tudi naši predniki. V Prekmurju so stari ljudje radi dejali, da je pod odejo mogoče dobiti najboljše zdravilo za prepire, saj odeja pokrije vse "svaje". Spolnost pa zelo ugodno vpliva tudi na telo in procese v njem. Med spolnim odnosom se namreč sprosti vrsta hormonov in živčnih dražljajev, ki ugodno vplivajo na počutje in ne poslabšujejo posledic bolezni. Res pa je tudi to, da se s starostjo in boleznimi spreminja tudi spolno življenje. Ne glede na te spremembe, ki jih prinašajo leta in bolezni, pa si lahko v partnerskem odnosu v vseh življenjskih obdobjih izkazujemo nežnost, naklonjenost in ljubezen.

