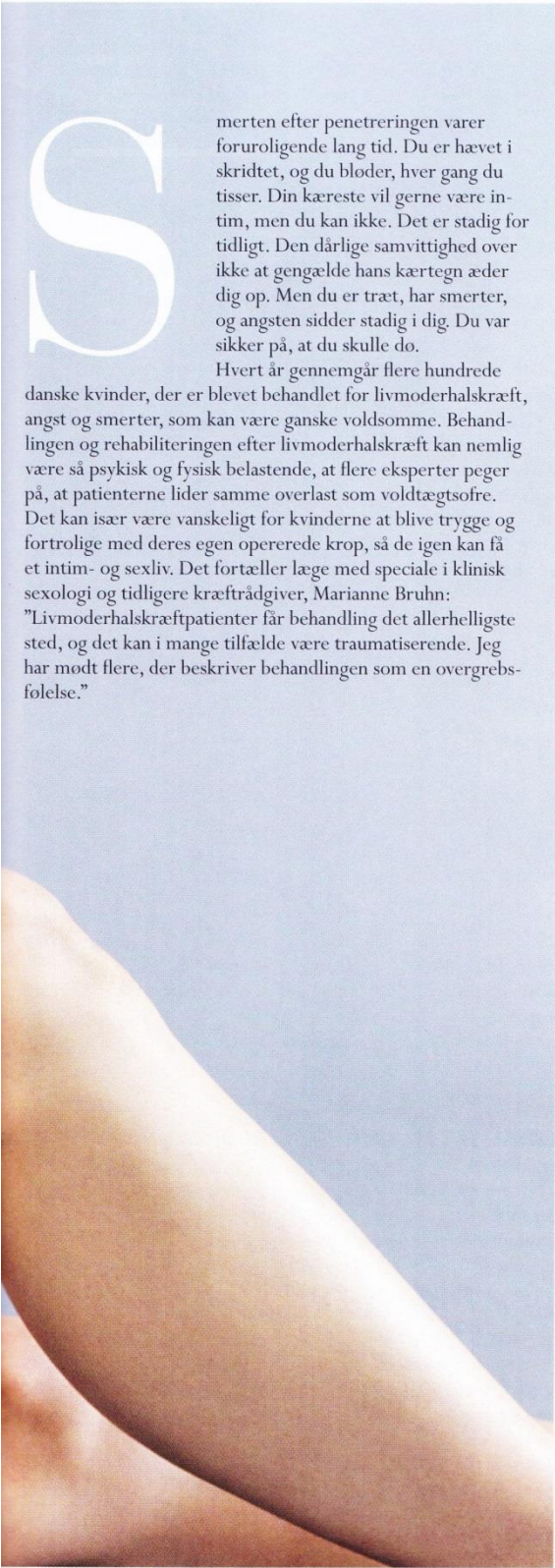




KRÆFT I UNDERLIVET

SEX KAN FØLES SOM ET OVERGREB

Sex er ikke ligetil, når man har haft kræft i underlivet. Faktisk er de nedre regioner så belastede efter behandling af livmoderhalskræft, at det kan føles som et overgreb at skulle have sex igen. Og for at det overhovedet er muligt, skal en stor del af patienterne træne med en medicinsk dildo - og det er både smertefyldt og ydmygende.



Smerten efter penetreringen varer foruroligende lang tid. Du er hævet i skridtet, og du bløder, hver gang du tisser. Din kæreste vil gerne være intim, men du kan ikke. Det er stadig for tidligt. Den dårlige samvittighed over ikke at gengælde hans kærtegn æder dig op. Men du er træt, har smerter, og angsten sidder stadig i dig. Du var sikker på, at du skulle dø.

Hvert år gennemgår flere hundrede danske kvinder, der er blevet behandlet for livmoderhalskræft, angst og smerter, som kan være ganske voldsomme. Behandlingen og rehabiliteringen efter livmoderhalskræft kan nemlig være så psykisk og fysisk belastende, at flere eksperter peger på, at patienterne lider samme overlast som voldtægts ofre. Det kan især være vanskeligt for kvinderne at blive trygge og fortrolige med deres egen opererede krop, så de igen kan få et intim- og sexliv. Det fortæller læge med speciale i klinisk sexologi og tidligere kræftrådgiver, Marianne Bruhn: "Livmoderhalskræftpatienter får behandling det allerhelligste sted, og det kan i mange tilfælde være traumatiserende. Jeg har mødt flere, der beskriver behandlingen som en overgrebsfølelse."

MEDICINSK DILDO

Livmoderhalskræft bliver ligesom andre kræftformer delt op i stadier. Nogle kvinder kan nøjes med en kegleoperation, hvor andre, med kræft i et mere fremskredent stadie, både skal igennem strålebehandling og kemoterapi. Det er den indvendige stråling i livmoderhalsen, som er årsag til langt de fleste gener og seksuelle senfølger, da der ikke er noget hudlag til at beskytte slimhinderne.

"Efter strålebehandling føles slimhinderne i skeden som et åbent sår. Huden bliver forbrændt, og det kan sammenlignes med en solskoldning. Det er meget smertefuldt," fortæller Helle Gerbild, der er uddannet fysioterapeut og nu arbejder som sexologisk rådgiver og kræftrådgiver ved Kræftens Bekæmpelse i Odense.

Selv om skeden efter strålebehandlingen kan være hævet og meget følsom, er det vigtigt at vedligeholde skedens volumen for at kunne have sex igen. Det betyder, at slimhinderne skal skilles ad for ikke at vokse sammen. Kvinderne skal derfor bruge en såkaldt 'hegarstav', en slags medicinsk dildo, der skal føres op i skeden to-tre gange om ugen.

"Det kan være svært at forestille sig, at man nogensinde kan blive interesseret i et sexliv igen, når man for kort tid siden har fået en besked, der kan betyde liv eller død, men det er virkelig vigtigt, at kvinderne forstår vigtigheden af at bruge hegarstaven. Hvis slimhinderne vokser sammen, skal de skilles ad ved en operation," fortæller Helle Gerbild.

Samtidig med at det er smertefuldt, kan det også være en grænseoverskridende oplevelse for kvinden, fortæller Helle Gerbild. Patienten skal sammen med sygeplejerskeren finde ud af, hvilken størrelse hun skal bruge, og derefter have instruktioner i, hvordan hun skal bruge den. Ofte vil livmoderhalskræftpatienter efter operationen og strålebehandlingen have en kortere skede, arvæv ved livmoderhalsen, hævelse omkring kønslæberne, og mange oplever, at de får problemer med torhed i skeden. Det kan give voldsomme smerter ved sex. Ved strålebehandling er der også stor risiko for, at strålerne rammer andre organer i underlivet end livmoderhalsen. Det kan resultere i afføringsproblemer og blæreproblemer, der føles som blærebetændelse.

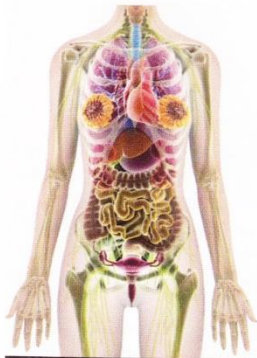
INGEN SEXLYST

De seksuelle senfølger opleves massivt hos livmoderhalskræftpatienterne, fortæller Pernille Tine Jensen, overlæge ved gynækologisk afdeling på Odense Universitetshospital. Hun undersøgte i 2003, hvilke gener der er mest udbredte, og i hvor høj grad kvinderne oplever dem. Studiet viste, at et år efter strålebehandlingen havde 85 procent af kvinderne i undersøgelsen ingen eller nedsat sexlyst, 55 procent havde smerter ved samleje, og 35 procent havde problemer med torhed i skeden.

"Når jeg møder patienterne, mærker jeg, at de seksuelle senfølger er et stort problem for dem. Også i forhold til de problemer, som raske personer kan have med seksualiteten. Ved livmoderhalskræft er de seksuelle senfølger ofte større end ved andre kræftformer. Cirka to tredjedele af livmoderhalskræftpatienter har varige mén efter behandlingen," siger Pernille Tine Jensen.

Undersøgelsen fra 2003 viser også, at cirka 32 procent er utilfredse med deres sexliv, og selv om 63 procent af kvinderne





LIV MODER HALSKRÆFT

- Opstår i livmoderhalsens celler og skyldes en HPV-infektion, der kan forebygges med vaccination, der beskytter mod 70 procent af alle tilfælde af livmoderhalskræft. Vaccinationen er gratis for alle kvinder op til 26 år. Er du ældre, kan du købe vaccinen hos din praktiserende læge.
- Årsagen skyldes en kronisk infektion med human papillomavirus (HPV), som er en seksuelt overført sygdom, der ikke giver nogen synlige eller mærkbare symptomer. Man ved dog, at rygning øger risikoen.
- Alle kvinder mellem 23 og 65 år tilbydes screening. Indførelsen af screening har medført en halvering af antallet af sygdomsramte. Ved en gynækologisk undersøgelse tages en vævsprøve, der undersøges for celleforandringer.
- De vigtigste symptomer på livmoderkræft er blødning efter samleje, anden pletblødning og øget udflåd fra skeden.
- Behandlingen afhænger af, hvor udbredt sygdommen er. Ved et lavt udviklingsstadium kan der udføres en såkaldt kegleoperation, hvor noget af livmoderhalsen fjernes. Ved mere udbredt sygdom fjernes livmoderen og eventuelt lymfeknuder i det lille bækken. Operationen kan suppleres med strålebehandling og kemoterapi. Efter behandlingen går man til kontrol i fem år frem.

[Kilde: Cancer.dk]

bliver seksuelt aktive inden for et år, har de væsentligt mindre sex end før behandlingen.

"Strålebehandlingen har ændret sig de seneste år og skulle i dag være mere skånsom mod det omgivende raske væv og andre organer, men mangler endnu at se resultaterne af denne ændring," fortæller Pernille Tine Jensen.

EN FØLELSE AF OVERGREB

Selv om de mange, mere målbare, fysiske senfølger fylder meget hos kvinderne, mener eksperter, at de psykiske mén også fylder en hel del. "Vi ser, at den her kræftform rammer kvinderne rigtig meget på det psykologiske plan, og netop det psykiske betyder meget for seksualiteten hos de unge kvinder," siger Pernille Tine Jensen.

Mange af livmoderhalskræftpatienterne kan have de samme traumer som voldtægts ofre, og det kræver en helt særlig opmærksomhed og behandling fra det sundhedsfaglige personale.

Rikke Thor er tidligere sygeplejerske og er uddannet gennem Dansk Forening for Klinisk Sexologi. Hun har sin egen praksis, hvor hun blandt andet giver livmoderhalskræftpatienter sexologisk rådgivning. "De her kvinder kræver en særlig behandling i forhold til andre kræftpatienter. Typisk for voldtægts ofre er, at de får store problemer med deres kvindelighed og seksualitet, og det samme gør sig gældende for livmoderhalskræftpatienter. De oplever, at de i behandlingsforløbet

skal tilses af 17 forskellige læger, som alle skal kigge op i deres underliv, de skal ligge med stave og stativer oppe i skeden under strålebehandlingen, og det kan give mange af dem en overgrebsfølelse," siger Rikke Thor.

"Kræftformer der har med underlivet at gøre, rammer femininiteten og den seksuelle kapital. Og det kan ofte være en kamp at generobre følelsen af at være attraktiv."

– Helle Gerbild, sexologisk rådgiver

Kvinderne føler ofte efter en længere behandling, at deres underliv nærmest er blevet offentligt øje, og derfor er det svært at få gang i et sexliv igen, forklarer Rikke Thor og fortsætter:

"Ofte har de jo slet ikke lyst til, at der er flere, der skal kigge på deres underliv, men de ved også godt, at de ikke har noget valg, når de stadig er i behandling."

SEKSUALITETEN SKAL GENEROBRES

Det er ikke kun behandlingen, der kan give psykiske senfølger. Når man er opereret i underlivet, forbrændt, hævet, om og har smerter, kan det være svært at føle sig attraktiv og kvindelig.

"De kræftformer, som har med underlivet at gøre, rammer særligt femininiteten og den seksuelle kapital. Det er et tab af kvindelighed, og det kan ofte være en kamp at generobre følelsen af at være attraktiv," fortæller sexologisk rådgiver Helle Gerbild.

Samtidig kan særligt livmoderhalskræft for nogle patienter være forbundet med en stor skam.

"HPV er en seksuelt overført virus. Og det siger sig selv, at jo flere man er i seng med, jo større er risikoen for at blive smittet. Derfor føler mange kvinder, at det er selvforskyldt og pinligt at have livmoderhalskræft. Men det kræver reelt kun, at man er sammen med én mand," siger Marianne Bruhn, læge og sexologisk rådgiver.

I modsætning til andre kræftformer konstateres livmoderhalskræft ofte hos unge kvinder. Ifølge Kræftens Bekæmpelse er halvdelen af de kvinder, der får diagnosen, under 45 år.

NAVN: Jane Johansen
ALDER: 40 år
PRIVAT: Gift
JOB: Pædagog
BY: Esbjerg



”JEG SKAL TVINGE
MIG SELV TIL SEX”

35 år. Så ung var Jane Johansen, da hun fik konstateret livmoderhalskræft. Hun kom igennem strålebehandlingen, men tiden efter har været hård. For det intime forhold til sit underliv og lysten til sex skal stadig tvinges frem.



"De siger for fanden, at jeg har kræft."

Jane står midt i lejligheden, da hun siger det utænkelige til sin mand. Hun har ikke siddet ned, siden hun fik beskeden på hospitalet. Da hun lidt forinden ringede til Jan og bad ham komme hjem med det samme, er et stille "Ja" det eneste, der lyder i den anden ende af telefonen. Jan ved godt, der er noget galt.

Det er fem år siden nu.

I dag har Jane tidligt fri fra sit arbejde som pædagog, og der er nybagte boller på bordet og frisklavet kaffe i den hyggelige lejlighed i Esbjerg. En stor buket blomster og kort med flag og lykønskninger pynter den gamle skænk i stuen sammen med familiebilleder og skolefotos af sønnen Frederik. De festlige rester rober, at det ikke er længe siden, at Jane fyldte år.

"Jeg glædede mig så meget til at blive 40 år. Jeg kan huske, at jeg virkelig frygtede at blive 30. Det var alt for voksent og alvorligt, og så var man gift og sat. Men der var jo et tidspunkt i det her forløb, hvor vi var i tvivl om, hvorvidt jeg overhovedet ville blive 40. Så det var så fedt at nå dertil," siger Jane.

SITUATIONENS ALVOR

I efteråret 2008 oplever Jane et par gange, at hun bløder, når hun har sex med Jan. Det kan der være flere grunde til, men alligevel synes Jane, at det er så voldsomt, at hun går til lægen. Allerede her fortæller lægen, at hun kan se celleforandringerne i Janes livmoderhals. Hun bliver sendt videre til Sydvestjysk Sygehus, der få uger efter kan fortælle Jane, at celleforandringerne har udviklet sig til kræft. Det er her, at Jane ringer til sin mand og beder ham komme hjem med det samme. De to har kendt hinanden siden Jane var 16 år og Jan 22, og de mange år i Janes liv har givet Jan evnen til at gennemskue situationens alvor.

Behandlingen begynder på Vejle Sygehus, og som mange andre livmoderhalskræftpatienter skal Jane ikke kun have udvendig strålebehandling, men også indvendig. Den indvendige strålebehandling foregår ved, at patienten bliver lagt i narkose, og en stav føres op i livmoderen på patienten.

"Forste gang vrælede jeg som et lille barn. Jeg var heldig, at min stråling kun varede omkring ti minutter, men jeg var virkelig bange, og det påvirkede mig meget. Det var, som om det først var her, det virkelig gik op for mig, at jeg havde kræft," siger Jane.

ALDRIG MERE SEX

Som man kan vænne sig til så meget, bliver Jane også vant til strålebehandlingerne. Da de er afsluttet, nævner nogen for første gang for hende, at der kan være seksuelle senfølger efter behandlingen. Det er i samme omgang, at hun bliver præsenteret for en hegarstav. Staven skal føres op i skeden to-tre gange om ugen for at bryde slimhinderne, der bliver tørre og klitrer sammen efter strålebehandling. "Jeg har på intet tidspunkt følt mig sygeliggjort. Men hvis der var noget, der kunne få mig til at føle mig syg, så var det at ligge med den dilator oppe i mig. Det var frygteligt. Jeg lå og tudede hver eneste gang. Det var så ydmygende, og der kiksede det fuldstændig oven i hovedet på mig," siger Jane.

Lægen har informeret Jane om, hvordan hun skal bruge den, og at det er nødvendigt for at få et sexliv igen, men leden ved at bruge den kliniske hegarstav bliver ikke mindre af den grund.

"Når jeg lå med den, var der bare ét spørgsmål, der poppede op i mit hoved: Kan det virkelig passe, kan det virkelig være rimeligt, at jeg skal ligge med sådan en oppe i min skede for at få et sexliv igen? Der tænkte jeg: Så kan det være ligemeget. Så skal vi aldrig have sex igen. Jeg var fuldstændig ligeglad. Ikke på de præmisser."

Jane har et godt forhold til sin læge, men hun oplever for første gang at blive helt misforstået af en sygeplejerske, der overhører Janes



Jane bliver erklæret rask i marts 2014, hvis hendes prøver er positive. "Frygten for, at det kommer igen, vil altid sidde der, jeg tror aldrig at den forsvinder," siger Jane.

"Hvis der var noget, der kunne få mig til at føle mig syg, så var det at ligge med den dilator oppe i mig. Det var frygteligt. Jeg lå og tudede hver eneste gang."

– Jane, livmoderhalskræftpatient

frustrationer med hegarstaven. Hun foreslår, at Jane lader sin mand bruge den på hende.

"Der tænkte jeg virkelig, at hun ikke havde hørt, hvad jeg havde sagt. 'Prov at hør, min mand er min mand, og vi skal have et godt og intimt sexliv, og så skal han ikke lege sygeplejer for mig. Og det er ikke rart at få den op, det er ikke sexet. Det er bare råddent.' Det kunne jeg bare ikke bruge til noget."

ET VELBESØGT UNDERLIV

Da Jane er begyndt at hele igen og har afsluttet behandlingen, er hun medicinsk set klar til at have sex igen. Men følelsen af, at underlivet nærmest er blevet et offentligt øje, sidder fast i både hovedet og kroppen.

"Jeg folte, at mit underliv var lige så besøgt som Københavns Hovedbanegård. Det var lige for, at lægerne ikke havde spurgt om mit personnummer, for de kiggede op i mig. Og alle de der



Jane har været sammen med Jan i 23 år, og parret var helt unge da de mødte hinanden. "Jan har været en kæmpe støtte igennem sygdomsforløbet og været meget tålmodig med mig. Jeg havde ikke klarat det uden ham."

stave, der skulle op i mig, og fysikere, der skulle kigge. Og så var der lige en studerende, 'Må han lige komme med?' Og det må de skidegerne. Men for at kunne klare det inde i mit hoved, var jeg nødt til at distancere mig fra det der," siger Jane og peger på sit underliv.

"Det var et sygt sted, der skulle gores raskt. Og alle måtte gerne komme og hjælpe. Men da det så skulle gores til et intimt og rart sted mellem mig og Jan igen – det var virkelig svært, og det tog lang tid. Jeg havde ikke lyst til, at der skulle være nogen der. Nu havde der været så mange, og jeg var ligeglad. Det sagde mig ingenting, og der var ingen lyst."

KOMMER KRÆFTEN IGEN?

I maj 2009 bliver Jane erklæret rask, og en dag i sommerferien beslutter Jane og Jan sig for, at nu skal det være. De er alene hjemme og har god tid.

Men dagen igennem går Jane og får bygget en nervositet og angst op. "Den første gang, vi skulle i seng sammen, var vitterligt ligesom første gang. De første mange gange tudede jeg efter sex, og egentlig gjorde jeg det kun, fordi jeg vidste, at det var det, der skulle til for at få gang i et sexliv igen," siger Jane.

Frygten for smerter og blodninger fylder meget for både Jan og Jane. Hvis Jane bløder efter sex, kan angsten for at få kræft igen overskygge alt andet.

"Ulanset hvordan vi gjorde det, kom jeg til at bløde en lille smule, og det gjorde mig stiv af skræk, fordi det var det, der havde sat hele processen i gang. Det skete engang, at jeg fik en voldsom blødning efter sex. Der sad jeg ude på toiletet og græd og skreg og var så bange for, at jeg havde kræft igen. Og Jan blev mindst lige så bange," siger Jane.

Jane bliver undersøgt igen og fejler ingenting. Lægen fortæller, at årsagen til, at hun bløder, når hun har sex, er en lille blodåre, der er blevet blottet på livmoderhalsen, efter tumoren blev fjernet. Den er meget udsat, og blodningerne må Jane lære at leve med.

GAMLE, GEMTE FØLELSER

Fra at gå i seng med hinanden til rent faktisk at få noget ud af det, tager endnu længere tid. Først knap fire år efter, at Jane afslutter behandlingen, begynder hun at få orgasmer igen. "Det var ubehageligt, når jeg græd, og mærkeligt for Jan, at han ikke kunne mærke, at jeg fik noget ud af det, når vi havde sex. Men han er virkelig fantastisk og altid i stand til at trøste mig. Jeg er blevet bedre til at forklare ham, hvorfor jeg ikke har lyst, eller hvad det er, der gør mig bange. Det synes jeg, jeg skylder ham."

I dag har Jane det godt, og hendes og Jans sexliv fungerer også bedre. Men hun kan stadig have de gamle følelser siddende i sig.

"Jeg kan stadig have en snert af det. Indimellem skal jeg huske, at jeg skal have lyst, og ikke kun skal gøre det for at have gang i et sexliv," siger hun.

Jane kan huske, at hun har læst, at samtaler med en sexolog kan hjælpe på de seksuelle udfordringer, men som med resten af sygdommen følte hun, at det var noget, hun skulle klare selv sammen med sin mand. Til marts næste år skal Jane til det sidste kontrolbesøg, og så er hun ude af systemet igen.

"Jeg har et håb om, at når den sidste kontrol er overstået, så går frygten for at få kræft igen over. Men sådan er det nok ikke. Det vil nok altid sidde lidt i mig." ■

VIDSTE DU...
At livmoderhalskræft opstår hos knap 370 danske kvinder hvert år? Halvdelen af dem, der bliver ramt, er under 45 år. Antallet af nye tilfælde samt dødeligheden er heldigvis faldende.