

Życie intymne po wyłonieniu stomii

Beata Ponikiewska-Duda

Coloplast®
Professional

Choroba nowotworowa narusza równowagę każdego człowieka na wielu płaszczyznach życia. Może, przynajmniej w początkowej fazie, wpływać również na sferę seksualną. W pierwszym okresie leczenia i konieczności skonfrontowania się z nową rzeczywistością, sfera seksualności schodzi najczęściej na dalszy plan. Szczególnie, że bywa tak, iż na skutek choroby nowotworowej stosunek płciowy w pierwszym okresie pooperacyjnym nie jest możliwy. Warto nauczyć się innych sposobów dawania przyjemności sobie i partnerowi. W okresie zalecanej abstynencji seksualnej, która trwa około 6 miesięcy, może nam się to przydać i zastąpić pełny stosunek płciowy. Całowanie, przytulanie, masaże i wspólne spędzanie czasu to sposoby umacniania więzi, które przekładają się na późniejsze zadowolenie z seksu. Warto powiedzieć, iż problemy z życiem seksualnym dotyczą każdego, nawet zdrowego człowieka, i że przy odpowiednim postępowaniu można do tej sfery powrócić.

Pacjent z nowotworem może, a nawet powinien uprawiać seks. Seks jest zdrowy, przyjemny i więziotwórczy. Pozwala zachować dobre

samopoczucie. Gdy u pacjentów zostaje wyłoniona stomia, niepotrzebnie ograniczają oni aktywność fizyczną i seksualną. Posiadanie stomii nie jest przeciwwskazaniem do uprawiania seksu, a stomia sama w sobie nie jest chorobą. Należy ją zaakceptować, a nawet polubić. Kluczem do dobrego pożycia intymnego jest dobra komunikacja w związku. Jasne wyrażenie swoich myśli, uczuć, pragnień i obaw, pozwoli wspólnie rozwiązać problemy i wieść szczęśliwe życie płciowe.

Czasami u kobiet po zabiegu wyłonienia stomii, w przypadkach operacji z resekcją odbytnicy, może występować ból związany z jej nieobecnością, ponieważ jej zadaniem jest amortyzacja pochwy podczas stosunku.

Dyskomfort może wynikać też ze zwężenia czy zbliźnowacenia pochwy po radykalnym usunięciu pęcherza moczowego. Ważne jest znalezienie takich pozycji, które będą bardziej komfortowe i przyjemne dla obu stron. Zalecane pozycje seksualne to: pozycja „na pieska”, „na jeźdźca” oraz pozycja z uniesioną miednicą kobiety.



U mężczyzn po radykalnej cystektomii (usunięciu pęcherza moczowego) może dojść do zaburzeń erekcji. Jeśli taki problem wystąpił, mężczyzna może zwrócić się do urologa czy seksuologa o poradę. Specjalista powinien zaproponować farmakologiczne lub operacyjne rozwiązanie problemu.

U kobiet operacja zwykle nie narusza unerwienia łechtaczki. Jest to najbardziej wrażliwa i silnie unerwiona część sromu, która daje satysfakcję seksualną. Uszkodzenie autonomicznego systemu nerwowego może powodować obniżenie stopnia nawilżania pochwy. W takiej sytuacji warto sięgnąć po żele nawilżające (lubrykanty), które są dostępne w aptekach lub drogeriach.

Dobrym sposobem stworzenia miłej wizualnie sytuacji jest zastosowanie przez panie bielizny

erotycznej i pasów koronkowych na woreczek stomijny.

Dla chorych, którzy po zabiegu wyłonienia stomii mają problemy z życiem seksualnym opracowane zostały specjalne poradniki. Mogą oni w nich znaleźć wskazówki, co powinni robić, a czego unikać, by życie seksualne sprawiło im satysfakcję. W specjalistycznych ośrodkach można znaleźć także pomoc psychoseksuologiczną.

Problemy natury intymnej może również rozwiązać Twoja pielęgniarka stomijna. Warto też zajrzeć na strony internetowe Polskiego Towarzystwa Stomijnego www.polilko.pl jak również Polskiego Towarzystwa Pielęgniarek Stomijnych www.ptps.pl.

Z życzeniami pięknego życia.



Beata Ponikiewska-Duda

Lic. pielęgniarstwa, specjalistka pielęgniarstwa chirurgicznego, pielęgniarka z 20-letnim stażem na oddziale urologii.
„Swoją zawód postrzegam jako misję.”
