



Samlivsproblemer og depresjon

Spørsmål: De siste fire årene har vi hatt mye motgang i vårt ekteskap og som endte med at min mann var utro. Etter samtaler hos en familierådgiver har vi nå funnet tilbake til hverandre.

Fortsatt er jeg deprimert, men jeg er villig til å satse på forholdet til min mann. Jeg ba fastlegen om resept på noe mot depresjonen, og det fikk jeg. Dessverre hjalp medisinen ikke stort. Dessuten har seksuallivet vårt som av flere grunner ikke er på topp, helt sluttet å fungere. Jeg blir ikke tilfreds uansett hvor mye jeg strever selv om mannen min er oppmerksom og tålmodig. Da jeg snakket med fastlegen om dette byttet han til en annen medisin, men da ble blodtrykket mitt alt for høyt. Finnes det medisiner som kan gi meg bedre dager uten sånne bivirkninger? Jeg tror det er viktig for mannen min og meg å få til det seksuelle.

Svar: De mest brukte midlene mot depresjon virker ved å øke aktiviteten av ulike signalstoffer i hjernen. Dette kan dempe den seksuelle lysten, graden av opphisselse samt fuktighet i skjeden hos kvinner og ereksjonen hos menn samt nedsette evnen til å oppnå orgasme. Noen ganger avtar bivirkningene ved fortsatt bruk. I motsatt fall kan man vurdere å bytte til et annet antidepressivt middel som ikke svekker seksuell lyst eller evne. Eksempler er Brintellix og Remeron. Disse midlene påvirker heller ikke blodtrykket.

Jeg er enig i at det ofte er bedre å forsøke å finne ut av vanskeligheter i et parforhold enn å skille seg. Par som går fra hverandre blir i gjennomsnitt ikke mer lykkelige enn mennesker som fortsetter et ekteskap som de i en periode opplever som utfordrende. Studier viser at tre av fire par som velger å skille seg mener at ekteskapet i grunnen var godt få år tidligere. Tilsvarende oppga to av tre par som bestemte seg for å bli værende i et dårlig ekteskap at ekteskapet igjen

var bra noen år seinere. Studier viser altså at perioder med mistriksel er vanlig blant gifte mennesker, og at slike perioder som regel avløses av lysere tider. Med tiden vil mange kilder til konflikter avta eller bli borte. Jeg håper at dere gjør denne erfaringen, og at du snart får bedre dager.