



Samliv

Egils akillessene ble avrevet for 14 dager siden da han spilte innebandy med noen kamerater. Samme kveld ble han operert. Nå kom han hinkende med krykker og foten gipset. Han fortalte at han om to uker skal få et stivt støttekorsett til foten slik at han kan bevege den noe mer.

Pasient: Jeg lurer på om du kan skrive en bekreftelse på skade. Du skjønner jeg måtte avbestille en reise til Vestlandet som jeg skulle på nå til helgen. Planen vår å gå toppturer i Sunnmørsalpene.

Jeg sa jeg forstod at det ville bli vanskelig og skrev attesten.

Pasient: Du, det er en ting jeg vil spørre deg om. Jeg har flere venner som er småbarnsforeldre. De klager over labert sexliv. En av dem mente at det var helseskadelig ikke å ha sex. Jeg forstår selvsagt at det er kjipt ikke å ha sex, men er det fysisk skadelig på noen måte?

Lege: Den seksuelle lysten er ofte på sparebluss hos småbarnsforeldre. Når man er mye trøtt, som man gjerne er i denne perioden av livet, så påvirker det naturlig nok samlivet. Inntil man kommer i «smulere farvann» må man forsøke en måte å ivareta hverandre som best man kan. Jeg tror nøkkelen ligger i å samarbeide godt om felles oppgaver og vise hverandre kjærlighet og forståelse. Noen samlivsmessige frustrasjoner må man nok likevel regne med.

Pasient: Det er jeg enig i, men min kamerat mener at man får dårligere helse av å ikke ha sex.

Har han rett i det?

Lege: Det har vært gjort mange studier av dette spørsmålet. De viser at et godt seksualliv er forbundet med mange helseeffekter. Man har blant annet funnet at forventet levetid og opplevd livskvalitet blir høyere, at forekomsten av depresjon er lavere, at immunforsvaret og blodtrykket er bedre og at risikoen for å bli rammet av prostatakreft eller brystkreft er mindre. Forskningsresultatene har imidlertid en vesentlig svakhet. Man har kun observert at det er en sammenheng mellom disse målene på god helse og et velfungerende seksualliv. Det har stort sett ikke vært påvist noen direkte årsakssammenheng. Man ser for eksempel at mennesker som er et godt samliv har lavere blodtrykk enn de som ikke har det. Studiene gir ikke svar på om det lave blodtrykket er en følge av det positive samlivet eller begge deler har en felles bakenforliggende årsak som for eksempel en rolig og fleksibel personlighet.

Pasient: Mener du at sexlivet ikke påvirker den fysiske helsen?

Lege: Jo, det er nærliggende å tro seksuallivet og det å lage barn, som fra naturens side er meget sentrale sider av livet, påvirker helsen. Studiene tyder på det, men foreløpig foreligger det stort sett ikke entydige bevis for dette.

Pasient: Så kameraten kan ikke bruke dette som argument overfor kona, for det er det jeg tror han hadde planer om?

Lege: Nei, det kan han nok ikke. Jeg er heller ikke sikker på at dette ville ha påvirket hennes lyst. Det er nok en bedre strategi å avlaste henne slik at hun blir mindre sliten. Han bør også huske på at et positivt fellesskap i denne fasen av livet, er viktig for parforholdet og samlivet litt fram i tid.

Pasient: Jeg skal si til han hva du har sagt!

Egil sa farvel og hinket av sted med attesten.