



## Sex i eldre år

Mange studier har fokusert på forekomsten av seksuelle problemer som følge av økende alder. To nye studier har en litt annen vinkling. I disse har man belyst seksuallivet hos friske eldre mennesker. Til sammen 3111 kvinner og 2926 menn i alderen 25 - 85 år deltok i studiene.

### God helse, bedre sex

De viser at mennesker med god helse har større interesse for sex og har et mer aktivt og tilfredsstillende seksualliv enn personer som er mindre friske. Kvinner og menn som er sunne og friske kan dessuten regne med å ha et velfungerende seksualliv cirka 6 år lengre enn mennesker med middels eller dårlig helbred. Undersøkelsen gir ikke et klart svar på om et aktivt seksualliv bidrar til god helse eller om hyppigere sex er en naturlig følge av at man er frisk.

### Økte forskjeller

Studiene viser også at interessen for sex mellom kvinner og menn blir mer ulik med økende alder. Blant personer mellom 75 og 85 år oppga nesten 41 prosent av mennene og 11 prosent av kvinnene at de var interessert i sex. Forskjellen i seksuell lyst er sannsynligvis mindre enn det som framgår av studien. En rekke tidligere studier har vist at noe av den rapporterte ulikheten skyldes at menn i sine svar overdriver sin seksuallyst, og at kvinner er litt blyge.

### Bedre sexliv

Andre studier viser at eldre mennesker i dag angir å ha et mer aktivt seksualliv enn det eldre

oppga i spørreundersøkelser som ble utført i 1970-årene. Særlig kvinner angir å ha færre seksuelle problemer i dag enn det kvinner gjorde for 40 år siden.

Kilde: British Medical Journal 2010