



Brysom seksuell spenning

Spørsmål: Jeg har et stort problem. Det er at jeg får orgasme når jeg slett ikke ønsker det. Til de som tenker at dette er et luksusproblem, så vil jeg si at det absolutt ikke er det. Det er rett og slett veldig pinlig og ikke noe jeg ønsker. Jeg kan for eksempel få orgasme hvis jeg gjør mageøvelser, eller hvis noen sitter på fanget mitt. Det er absolutt ikke fordi jeg har lyst på sex – snarere tvert imot! Jeg forstår ikke hvorfor det skjer.

Svar: En orgasme er en reflekshandling som kan inntreffe når den seksuelle spenningen overstiger et visst nivå. På dette tidspunktet er kroppens reaksjon stort sett utenfor viljens kontroll. Mange kvinner opplever at det kan være vanskelig å nå dette nivået. Enkelte har det motsatte problemet slik du beskriver. De kan få orgasme ved meget beskjeden stimulering, og uten at de i utgangspunktet har seksuelle ønsker eller tanker. Dette kan skje titalls ganger daglig eller oftere. Orgasmene kan inntreffe som følge av vibrasjoner under bilkjøring, togreiser eller ved bruk av mobiltelefoner eller i andre situasjoner slik du beskriver. De hyppige utløsningene kan være smertefulle og virker forstyrrende på vedkommendes evne til å utføre sine oppgaver i hverdagen.

Problemet som kalles Persistent Genital Arousal Disorder (PGAD) ble første gang beskrevet i 2001 av den amerikanske legen Sandra Leiblum. PGAD rammer hyppigst kvinner i 40-50 årene. Dessverre vet man foreløpig lite om årsaken til syndromet, men det skyldes i hvert fall delvis at nervene omkring underlivet er svært overfølsomme. Tilstanden kan forekomme hos kvinner som nylig har sluttet med medisiner mot depresjon eller som tidligere har brukt hormontilskudd mot plager i overgangsalderen. Hos enkelte er forklaringen økt blodtilførsel til underlivet som følge av en kortslutning i blodårene i dette området.

PGAD kan også forekomme ved ulike sykdommer i nervesystemet. Ettersom kunnskapene om syndromet er begrenset har man lite å tilby av behandling. Noen synes å ha nytte av medisiner mot depresjon ettersom de nedsetter følsomheten i underlivet. Man bør forsøke å unngå situasjoner som forsterker problemet som for eksempel bruk av tettsittende klær, aktiviteter som er ledsaget av vibrasjoner eller annet. Noen synes at det hjelper å forsøke å slappe av i musklene omkring underlivet når de merker tilløp til økt spenning. Hvis du ønsker hjelp med dette problemet, kan du i første omgang kan du overveie å kontakte:

Institutt for klinisk sexologi og terapi
Torggata 9 A,
0181 Oslo
T: 22 33 51 90.

Fagpersonene ved denne klinikken kan informere deg om hvilke spesialister som har kunnskaper om PGAD i den landsdelen der du bor.