



Seksualitet ved diabetes

Halvparten av menn som har hatt sukkersyke fra ungdomsalder har ved 50-årsalderen potensproblemer.

Mange år med sukkersyke eller diabetes som den også kalles kan gi skader av nerveforsyningen til huden og musklene.

Potensproblemene er ikke alltid forårsaket av nerveskade. Det kan skyldes psykiske forhold på grunn av langvarig kronisk sykdom og andre problemer som kan oppstå ved sukkersyke, for eksempel synsvansker og dårlig blodsirkulasjon. Diabetikere får lettere forkalkninger i blodårene enn andre. Dette kan gi nedsatt blodtilstrømning til penis og derved potensvansker.

Kvinner vil først få fysiske sexproblemer på grunn av sukkersyke etter mange år når det kommer komplikasjoner med nedsatt hudfølelse og blodsirkulasjon.

Hva kan en gjøre for å redusere eller hindre at sexproblemer oppstår?

I barne- og ungdomsalder vil sykdommen hos enkelte prege hverdagen i slik grad at en berøves noe av de opplevelser og erfaringer som andre får i denne alderen. Å leve med en alvorlig sykdom som sukkersyke kan dels gjøre en deprimert og føre til at en lett isolerer seg. Dels kan en bli uforsiktig å bagatellisere sykdommens alvor.

Hvis en er uforsiktig med kontroll av sukkersyken og dietten, kan komplikasjoner med sexproblemer komme tidligere enn hvis en er nøye med dietten.

Et aktivt seksualliv kan bidra til at livssituasjonen blir lettere. Positiv innstilling fra omgivelsene og seksualpartner vil redusere mulighetene for at psykiske problemer gir seksuelle problemer.

Kan det gjøres noe når sexproblemene er kommet?

Både kvinner og menn med sukkersyke kan få redusert hudfølelse på kjønnsorganene. Da kan en ha nytte og glede av å gjøre hudstimuleringen av klitoris og penis mer intens ved hjelp av vibrator og massasjeapparat. Da vil det bli lettere å få orgasme. Det mest følsomme stedet på penis for slik stimulering er undersiden av penishodet. Det kan gjøre vondt å sette en vibrator rett på kjønnsorganet slik at forspill blir viktig også i slike tilfeller.

Menn kan ha nytte av pubisring, støttekondom eller ereksjonspumpe hvis det oppstår ereksjonssvikt. Disse hjelpemidlene kan kjøpes gjennom postordre. Det er viktig å bestille gjennom en seriøs forhandler fordi kvaliteten kan variere mye og det er jo ikke lett å reklamere på slike gjenstander. Papaverin-innsprøytinger i penis kan prøves ut etter instruksjon av lege. Denne behandlingen er komplisert med bivirkninger som kan kreve sykehusinnleggelse.

Hos noen få kan det være aktuelt å operere inn en penisprotese. Det er en silikonstav som gjør samleie mulig. Etter operasjonen kan en aldri få ereksjon mer og en må derfor være totalt impotent før det er aktuelt å operere inn en slik protese. Når dette er gjort er det imidlertid ikke mulig å få tilbake noen form for ereksjon.

Hvis seksualproblemer skyldes nedsatt blodsirkulasjon til kjønnsorganene, kan en operasjon av blodårene i bukhulen eller bekkenet bedre ereksjonsevnen.