



Sex etter hjerteinfarkt

Mange er redd for å gjenoppta samlivet etter et hjerteinfarkt. I en ny studie av 2800 personer har man belyst denne problemstillingen. Gjennomsnittsalderen var 49 år. Om lag halvparten av pasientene hadde en fast partner. I løpet av den første måneden etter infarkt hadde 64 prosent av mennene og 55 prosent av kvinnene gjenopptatt seksuallivet. Etter et år var tallene henholdsvis 95 og 91 prosent. Av dem som før infarkt ikke hadde hatt noen seksuelle problemer anga 37 prosent seksuelle vansker i løpet av det påfølgende året. Blant kvinnene var nedsatt seksuell lyst (37 prosent) og tørrhet i skjeden (22 prosent) de hyppigste problemene. Hos menn var svekket reisning (22 prosent) og lyst (19 prosent) vanligst. Etter infarkt hadde bare en av fem kvinner og en av tre menn snakket med legene sine om seksuallivet. Tidligere studier har vist at både pasienter og helsepersonell mener det er viktig å samtale om seksualitet. Den nye studien er en påminnelse om at dette temaet bør vies mer oppmerksomhet.

I to andre undersøkelser har man belyst hvorvidt seksuell aktivitet representerer en fare for mennesker som har hatt hjerteinfarkt. Resultatene er oppløftende. Man fant at sannsynligheten for at en hjertefrisk femtiårig mann som ikke røyker eller har diabetes blir rammet av hjerteinfarkt mens han har sex (eller i de to etterfølgende timene) er en av en halv million ganger – altså 0,0002 prosent. Hvis vedkommende tidligere har hatt et hjerteinfarkt, øker risikoen til cirka en av hundre tusen ganger eller 0,001 prosent. Det tilsvarer risikoen for å bli rammet av en dødsulykke hvis man kjører bil i en time. Å røyke, å spise usunt, å ikke mosjonere eller å bli sint er vanligvis mer risikabelt for den som har hatt et hjerteinfarkt enn å gjenoppta samlivet.

Kilder:

JAMA Cardiology 2016

Tidsskrift for Den norske legeforening 2016

Journal of the American Medical Association 1996