

Närhet och sexualitet för kvinnor

Att få en cancerbehandling kan påverka dig på flera sätt, fysiskt, psykiskt och socialt. Även den sexuella hälsan påverkas. Det kan till exempel bero på kroppsliga förändringar, nedsatt ork, biverkningar av behandlingen eller allmänt försämrat välbefinnande. Vaginal penetration kan bli obekvämt eller göra ont. Periodvis kan det betyda att du har mindre lust att vara någon nära, men den kan också öka. Hur det är för dig vet bara du själv. Oavsett om du lever i en relation eller inte är det alltid bra att försöka vara tydlig med vad du själv vill och önskar.

Råd och tips:

- Prata med din partner. Var tydlig med hur du känner och visa hur du vill ha det. Berätta om dina känslor inför din kropp och dina funderingar kring närhet och sex. Lyssna även på din partners upplevelse.
- Avstå från sex om det känns bäst för dig. Tvinga dig inte till något som gör ont. Lusten kan minska om sex förknippas med smärta och obehag.
- Använd glidmedel eller glidsalva vid torrhet i underlivet. Det finns receptfritt på apoteket. Torra och sköra slemhinnor i slidan kan också lindras med lokal östrogenbehandling som en läkare kan skriva ut åt dig.
- Tillfredsställ dig själv om det känns bekvämare.
- Pröva dig fram och känn efter vad som kan väcka lusten.
- Cancer smittar inte, inte heller när man har sex.
- Använd säkra preventivmedel eftersom många cancerbehandlingar kan ge fosterskador. Detta gäller även en tid efter avslutad behandling. Din läkare kan svara på vad som gäller för dig.
- Prata med din kontaktsjuksköterska eller annan person som du känner förtroende för om du har besvär.

► [Läs mer om sexualitet och cancer på 1177.se](#). Sök på Sexualitet och cancer.