

SEXUELLA PROBLEM EFTER BEHANDLING FÖR PROSTATACANCER

– patientinformation

Denna information är till för dig som ska få behandling för prostatacancer. Även din partner kan ha nytta av att läsa informationen.

Alla behandlingar för prostatacancer kan påverka sexlivet. Det är bra att i förväg vara beredd på vad du kan förvänta sig. Om du har en fast partner kan det vara en stor fördel om ni kan tala med varandra om hur sexlivet kan komma att förändras för er båda.

Hur påverkas sexlivet av en operation?

För de allra flesta är det svårt att ha ett bra sexliv den första tiden efter en operation för prostatacancer. Det tar ofta lång tid innan sexlivet blir bra igen. En del män läcker mycket urin de första månaderna. För dem kan det vara särskilt svårt att få sexlivet att fungera.

Förmågan till orgasm finns kvar, men det kan kännas annorlunda. Det kommer ingen sädesvätska vid orgasmen. Mannen kan alltså inte befrukta en kvinna på vanligt vis. Däremot är det vanligt att det kommer en liten skvätt urin vid utlösning. Detta är helt ofarligt för partnern.

Efter operationen blir penis vanligen något kortare i slakt tillstånd än den var tidigare. Längden ökar sedan igen under ett par år.

De flesta män förlorar förmågan att få stånd (erektion) direkt efter operationen. Det beror på att nerverna som styr erektionen är belägna på prostatakörtelns kanter. I samband med operationen skadas nervtrådarna alltid mer eller mindre. Nervfunktionen återhämtar sig mycket långsamt och det innebär att erektionsförmågan kan förbättras under flera år efter operationen. Ofta är dock skadorna för stora för att de ska kunna läka. I så fall kommer erektionen inte tillbaka. Chansen att få tillbaka erektionen beror på hur stor prostatatumören är, den kirurgiska tekniken, hur god erektionen var före operationen och hur gammal du är. Äldre män har sämre återhämtningsförmåga.

Hur påverkas sexlivet av strålbehandling?

Strålbehandling brukar göra att erektionsförmågan blir långsamt sämre under några år. Sädesvätskan försvinner ofta, men inte alltid.

Om man får hormonbehandling med sprutor i samband med strålbehandling försvinner sexlusten för det mesta helt. Detta beror på att sprutorna blockerar produktionen av det manliga könshormonet testosteron. Produktionen av testosteron återhämtar sig ofta efter sex till tolv månader, och då återkommer också sexlusten. Det går att mäta nivån av testosteron i blodprov.

Hur kan du förbättra sexlivet efter behandling för prostatacancer?

Om du har en partner är det bra om ni kan prata med varandra om den förändring som har skett. Försök att

behålla den kroppsliga närheten. Prova gärna andra former av sex än samlag, och försök att fokusera på det som finns kvar och inte på det som har försvunnit. Även män som inte har någon partner brukar lida av försämringen av sexlivet.

För många är det bra att tidigt börja använda läkemedel om du är angelägen om att erektionen ska bli bättre. Om du helt har tappat sexlusten kan det dock vara svårt att få ett tillfredsställande sexliv med läkemedel.

Diskutera gärna problemen med din läkare eller kontaktsjuksköterska. Om du upplever att de inte har tid eller möjlighet att diskutera dina problem tillräckligt, kan du be att få kontakt med en kurator eller en sexolog. Det är dessvärre inte alla sjukhus som har någon sexolog att hänvisa till.

Behandling av sviktande erektionsförmåga (impotens)

Det finns flera olika läkemedel och hjälpmedel som kan förbättra erektionsförmågan: tabletter, läkemedel som injiceras direkt i svällkropparna eller förs in i urinröret, vacuumpump, pubisring och implantat. För att behandlingen ska vara framgångsrik krävs att du är motiverad och tålmodig. Det kan ta lång tid innan sexlivet fungerar bra igen.

Nedan följer en kort beskrivning av de olika behandlingarna. Den är inte så utförlig, men tanken är att du ska veta lite i förväg så att du vet vad du ska fråga om vid återbesöken efter behandlingen. Under den period du provar olika nya behandlingar är det oftast nödvändigt att få råd och stöd. Det brukar vara bra med en planerad, uppföljande kontakt med din kontaktsjuksköterska eller läkare någon månad efter att du har påbörjat en ny behandling. Om du undrar något innan dess kan du ringa din kontaktsjuksköterska. Om du har en partner är det en stor fördel om ni kan försöka se behandlingen som en gemensam angelägenhet, inte något som bara är ditt ansvar.

Efter en operation är det bra för återhämtningen att vara sexuellt aktiv tidigt och ofta. Om svällkropparna inte fylls med blod då och då kan det bli en bestående försämring av blodflödet. De flesta väntar med att påbörja behandlingen tills efter det första läkarbesöket, omkring en månad efter operationen, men om du vill kan du påbörja behandlingen tidigare för att öka dina chanser till återhämtning. Säg i så fall till redan när urinkatetern tas bort, 1–2 veckor efter operationen. För läkningens skull bör du dock inte ha samlag de första tre veckorna.

Tabletter

Det finns fyra läkemedel i tablettform: Sildenafil, som är detsamma som Viagra®, Levitra® och Cialis®. Dessa läkemedel förstärker nervsignalerna när erektionen har börjat. Lust och sexuell stimulering är alltså nödvändiga för effekt. Att ta en tablett ger i sig inte någon erektion. Erektionen lägger sig efter avslutad sexuell aktivitet.

För att tabletterna ska kunna ge någon effekt måste du ha en viss bevarad nervfunktion. Om penis inte blir lite större vid stimulering är chansen mycket liten för att tabletter ska fungera bra. De flesta har för dålig nervfunktion direkt efter operationen för att tabletter ska kunna fungera, men om nervtrådarna har kunnat bevaras på båda sidorna kan deras funktion ofta återhämta sig med tiden så att tablettbehandling blir möjlig senare. Återhämtningen kan pågå under flera år.

Dessa läkemedel ingår inte i läkemedelsförmånen. Fram till sommaren 2013 kostade Viagra®, Levitra® och Cialis® omkring 100 kronor per tablett. Synonymen (likemedlet) till Viagra®, Sildenafil är betydligt billigare. Det gör att man kan förvänta sig sänkta priser även för de andra läkemedlen i denna grupp. De ger samma chans för effekt och har samma risker för biverkningar, men de kan fungera olika bra för olika män. Därför skriver vi ofta recept på alla tre samtidigt med provförpackningar (4 tabletter), så att du kan välja det som du tycker fungerar bäst och därefter hämta ut större förpackningar (12 tabletter) av det du väljer. Effekten förbättras vanligen efter att du har provat några gånger. För Viagra® och Levitra® varar den stimulerande effekten i några timmar. Cialis® effekt varar under ett eller två dygn. Ett alternativ för att ta något av dessa läkemedel vid behov är att ta en daglig, lägre dos av Cialis®.

Några kan få biverkningar av tabletterna. De är övergående och ofarliga med undantag för kombinationen med nitroglycerin (se nedan) och för dem som har en viss sällsynt, ärftlig ögonsjukdom (retinitis pigmentosa). De vanligaste biverkningarna är huvudvärk, trötthet, illamående och, för Cialis®, muskelvärk.

OBS: Att kombinera Sildenafil, Viagra®, Levitra® och Cialis® med läkemedel som innehåller nitroglycerin är livsfarligt. Om du har eller har haft kärlkramp eller behandlas med nitroglycerinsalva måste du berätta det för din läkare.

Det säljs många falska varianter av dessa läkemedel på internet. Eftersom du aldrig kan vara säker på vad de innehåller avråder vi absolut från att du köper läkemedel på annat sätt än från apotek.

Injektion i svällkropparna (Caverject®)

Att ge sig själv en injektion i svällkropparna är inte så otäckt som det låter. Du är inte särskilt känslig i penisens sidor där du ska sticka dig. Det känns faktiskt mindre än vanliga injektioner i underhudsfettet. Motståndet sitter mer i huvudet än i huden, kan man säga. Efter en träningsperiod är det många män som är mycket nöjda med injektionsbehandling.

Läkemedlet heter Caverject®. Det ingår i läkemedelsförmånen. Du får en noggrann instruktion på mottagningen om hur du ska göra injektionen. Du får också en broschyr med utförlig bruksanvisning och bra bilder med dig hem. Om du vill, kan du låna en instruktionsfilm på DVD. Vi brukar rekommendera att du ger en provinjektion med koksalt på mottagningen, så att vi kan se att tekniken är den rätta. Det kan också vara bra att redan på mottagningen komma förbi den första, mentala spärren mot att sticka sig i penis.

Du bör se de första fem injektionerna som träning av tekniken och utprovning av rätt dos. Om du förväntar dig att kunna ha samlag redan efter den första injektionen kan det bli en besvikelse som förhindrar senare framgång. Många får ont i svällkropparna de första gångerna. För några är smärtan så svår att de inte kan fortsätta behandlingen. Om det är så för dig ska du prata med din kontaktsjuksköterska. Det kan finnas annan behandling som inte ger smärta.

Lämplig första dos är 5 mikrogram. Vanligen är 5–10 mikrogram en lagom dos, men i vissa fall krävs upp till 40 mikrogram. För hög dos ger en långvarig, smärtsam erektion. Om man börjar med 5 mikrogram och sedan ökar dosen successivt är det sällsynt med för kraftig erektion. Om erektionen inte lägger sig igen på en timme ska du lägga något kallt mot underlivet och springa i trappor eller liknande. Om den trots dessa åtgärder inte lägger sig på 4 timmar ska du söka akutmottagning för behandling, annars kan svällkropparna skadas permanent.

Läkemedel som förs in i urinröret (Bondil®)

För de män som inte vill sticka sig med Caverject® är behandling med Bondil® ett alternativ. Bondil® ingår i läkemedelsförmånen. Bondil® innehåller samma substans som Caverject® men i en mycket högre dos, som förs in i urinröret. Effekten är mindre förutsägbar än med Caverject®. Effekten blir bättre om du masserar penis ordentligt när Bondil® har förts in i urinröret, eftersom läkemedlet då kan verka på en större yta i

urinröret. Massagen kan även minska den sveda som kan uppstå, särskilt de första gångerna du använder Bondil®.

Vacuumpump och pubisring

En vacuumpump är ett rör som du trär på penis. Sedan suger du ut luften med en liten motor. När tillräckligt med blod har fyllt svällkropparna trär du ner en ring ("pubisring") över penisbasen, som gör att erektionen varar under en tid. Eftersom inte de inre delarna av svällkropparna blodfylls av pumpen blir erektionen "svajig", något du måste anpassa samlagstekniken efter. Sjukvården tillhandahåller inte pumpar, men de kan beställas via Internet från bland annat RFSU (www.rfsu.se) och www.hjalpmedelsteknik.se (flik Livskvalitet) för 500 till 2 000 kr. För män som får god erektion till att börja med men slaknar för tidigt, kan enbart en pubisring utan pump fungera bra.

Implantat

Om ingen av behandlingarna ovan fungerar kan du överväga att operera in konstgjorda svällkroppar. När du har opererat in sådana finns det ingen möjlighet att andra behandlingar ska kunna fungera. Omkring en tredjedel drabbas av komplikationer eller fel på implantatet som gör att det får tas bort eller bytas ut.

1177 VÅRDGUIDEN

På webbsidan www.1177.se/cancer kan du läsa mer om cancer och ta del av berättelser om cancer från andra som drabbats.

Cancerrådgivningen är en telefonrådgivning för patienter med cancer, närstående och allmänhet i Stockholms län och i region Gotland.

Telefonnumret är 08-123 138 00 och mer information finns på

www.1177.se/sthlm-cancerradgivningen.

Cancerrådgivningen drivs av Regionalt cancercentrum Stockholm – Gotland.

Du kan också få information och stöd av Prostatacancerförbundet,

www.prostatacancerforbundet.se.

Informationen är framtagen av:

Regionala cancercentrum i samverkan, nationella vårdprogramgruppen för prostatacancer, sommaren 2013.