

«Η χρόνια αρθρίτιδα και η σεξουαλική ζωή»

Θεμιστοκλής Ι. Τεμεκονίδης

Ρευματολόγος- Καβάλα

ΣΕΞ

- Η έκφραση της ανθρώπινης επιθυμίας και ικανοποίησης στην προσδοκία της επιλογής ενός συντρόφου
- Η ικανοποίηση και η απόλαυση είναι το κίνητρο και η ανάγκη της ανθρώπινης ζωής και της σχέσης των συντρόφων

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ

- Έκφραση της ψυχικής και βιολογικής λειτουργίας που στοχεύει στη σωματική ικανοποίηση και στη συναισθηματική πληρότητα δια μέσου της ηδονής.
- Πολυδιάστατη έννοια (βιολογική, γνωστική, ψυχική, συναισθηματική, κοινωνική πλευρά του ατόμου)
- Ξεκινάει από τη γέννηση, οργανώνεται με τη ψυχοσυναισθηματική ωρίμανση και διεκδικείται με την αναζήτηση συντρόφου

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ

- Αναπόσπαστο τμήμα της ανθρώπινης ύπαρξης και συνδέεται άμεσα με την ποιότητα ζωής
- Είναι κάτι περισσότερο από «Σεξουσλική πράξη»

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΠΡΟΣΔΟΚΙΑ

- Αναζήτηση της ηδονής με σκοπό
 - α) συναισθηματική ικανοποίηση
 - β) τη φυσική μας εξέλιξη διά μέσου της αναπαραγωγής
- Συναισθηματική κάλυψη, αποδοχή, επιβεβαίωση, ασφάλεια

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΣ ΡΟΛΟΣ

Χαρακτηρίζεται από:

1. σεξουαλική ταυτότητα (ταυτότητα φύλλου, σεξουαλικός προσανατολισμός, προσδοκία)
2. σεξουαλική λειτουργία (επιθυμία, διέγερση, οργασμός),
3. σεξουαλική ικανοποίηση (συναισθηματική πληρότητα και ευχαρίστηση που αντλεί το άτομο από την έκφραση της σεξουαλικότητας του)

ΦΑΣΕΙΣ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

- **Επιθυμία** (Προϋποθέσεις → ψυχική και βιολογική υγεία)
 - **Διέγερση**
άνδρα → στυτική διέγερση, σκληρότητα πέους
γυναίκα → κολπική εφύγρανση, κλειτοριδική αύξηση, διόγκωση μαστών
 - **Οργασμός**
Ψυχοσυναισθηματική ικανοποίηση του ατόμου και ψυχική πληρότητα
Βιολογική συμμετοχή των γενετικών οργάνων (εκσπερμάτιση, αύξηση κολπικής εφύγρανσης, συσπάσεις κόλπου και μήτρας, αύξηση σφύξεων, αναπνοών και αρτηριακής πίεσης)
Άνδρας: βιολογική και ψυχική ολοκλήρωση
Γυναίκα: συναισθηματική λειτουργία της ψυχικής αποδοχής της ερωτικής πράξης
 - **Αποκατάσταση**: ηρεμία με συναισθηματική ικανοποίηση μετά την σεξουαλική επαφή
- Ολοκληρωμένη σεξουαλική δραστηριότητα προϋποθέτει την αλληλοδιαδοχή όλων των φάσεων

ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΕΡΩΤΙΚΗ ΠΡΑΞΗ

Η ερωτική πράξη μπορεί να θεωρηθεί φυσιολογική σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας όταν πληρούνται οι παρακάτω προϋποθέσεις:

- Όταν υπάρχει συναίνεση, δηλαδή όταν η ερωτική πράξη γίνεται με την θέληση των ενήλικων ατόμων χωρίς τον παραμικρό εξαναγκασμό ή χρήση βίας
- Όταν δεν θίγεται η δημόσια αιδώς και δεν παρενοχλούνται τρίτα άτομα
- Όταν η σωματική ακεραιότητα και υγεία των ερωτικών συντρόφων δεν διατρέχει κίνδυνο λόγω της σεξουαλικής επαφής

ΡΕΥΜΑΤΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

- Επηρεάζουν όλες τις πτυχές της ζωής-σεξουαλικές λειτουργίες
- Πολυπαραγοντικά αίτια [σε σχέση με τη νόσο και τη θεραπεία (πόνος, κούραση, δυσκαμψία κατάθλιψη, άγχος, μείωση libido, ορμονικές διαταραχές, αρνητική εικόνα σώματος, φάρμακα)]
- Σεξουαλικά προβλήματα και των συντρόφων των ασθενών

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ ΣΕ ΡΕΥΜΑΤΙΚΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ

- Παραμελημένος τομέας της ποιότητας ζωής σε ασθενείς με ρευματικό νόσημα
- Δεν εξετάζεται από τους γιατρούς και τους άλλους επαγγελματίες υγείας
- Δεν περιέχεται στα ερωτηματολόγια της φυσικής λειτουργίας και της ποιότητας ζωής (σε 10 ρευματολόγους → 12% ερωτήθηκε για σεξουαλική ικανότητα)
Απάντηση: - περιορισμός χρόνου
- δεν ήταν άνετοι με το αντικείμενο
- αν ήταν του αντικειμένου τους

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

- Χρόνια αυτοάνοση φλεγμονώδης νόσος που την χαρακτηρίζει προοδευτική καταστροφή των αρθρώσεων
- Οδηγεί σε διάφορους βαθμούς ανικανότητας
- Μεγάλη επίδραση σε κοινωνικές, οικονομικές, ψυχολογικές και σεξουαλικές πτυχές της ζωής των ασθενών
- Σεξουαλικά προβλήματα από 31 - 76%

Kraaijmaat, Arth Care Res 1996

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

- α) Δυσκολία στην εκτέλεση της σεξουαλικής επαφής (σεξουαλική ανικανότητα)
β) Μείωση σεξουαλικής επιθυμίας και ικανοποίησης
- Δυσκολία σεξουαλικών στάσεων (δυσκινησία γονάτων, ισχίων)
- Δυσπαρευνία λόγω κολπικής ξηρότητας σε 2^οπαθές σ. Sjogren's
- Πόνος στις αρθρώσεις και δυσκαψία κατά τη διάρκεια της επαφής (50-61%)
Blake, J Rheumatol

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

- Σε ασθενείς με νεανική ρευματοειδή αρθρίτιδα με χαμηλή ενεργότητα νόσου η σεξουαλική ικανοποίηση και η συχνότητα δεν διέφεραν από την υγεία ομάδα ελέγχου.

Ostensen, J Rheumatology 2000

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

- 56 % ασθενών με ΡΑ έχουν περιορισμένη σεξουαλική πράξη λόγω δυσκινησίας και πόνου (κυρίως στο ισχίο) Hill Rheumatology 2003
- Μείωση επιθυμίας στο 50-60 %, μείωση συχνότητας σεξουαλικής επαφής 73 % και αύξηση της αποστροφής από τις σεξουαλικές πράξεις και μείωση της σεξουαλικής ικανοποίησης
Ostensen, Best practice Res Clin Rheumatol 2004

ΡΕΥΜΑΤΟΕΙΔΗΣ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ

- Σε άνδρες ασθενείς είχαμε μείωση της σεξουαλικής επιθυμίας και σε γυναίκες είχαμε μείωση της αυτοϊκανοποίησης και των σεξουαλικών φαντασιώσεων σε μικρότερα ποσοστά από την ομάδα ελέγχου
- 41 % των ανδρών και 51 % των γυναικών είχαν προβλήματα στην σεξουαλική πράξη λόγω πόνου στις αρθρώσεις.

ΑΓΚΥΛΟΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΠΟΝΔΥΛΙΤΙΔΑ

- Χρόνια φλεγμονώδης νόσος που προσβάλλει κυρίως τον αξονικό σκελετό
- Η ιερολαγονίτιδα είναι το κυριότερο χαρακτηριστικό της νόσου με προσβολή επίσης της σπονδυλικής στήλης και της λεκάνης
- Πόνος, δυσκαμψία και περιορισμός κινήσεων
- Λίγες μελέτες

ΑΓΚΥΛΟΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΠΟΝΔΥΛΙΤΙΔΑ

- Μείωση στυτικής λειτουργίας, οργασμών, σεξουαλικής πράξης (International Index of Erectile Function) σε σχέση με υγιείς εθελοντές
- Η σεξουαλική επιθυμία δεν ήταν σημαντικά μειωμένη
- Δεν υπήρχε συσχέτιση με κλινικά χαρακτηριστικά ή εργαστηριακά δεδομένα εκτός από την πρωινή δυσκαμψία

Pirildar, J Urol 2004

ΑΓΚΥΛΟΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΠΟΝΔΥΛΙΤΙΔΑ

- Σεξουαλική δυσλειτουργία σε υψηλότερο ποσοστό από τους υγιείς εθελοντές κυρίως λόγω κατάθλιψης και μειωμένης κίνησης των αρθρώσεων

Dincer, Rheumatol Int 2007

ΑΓΚΥΛΟΠΟΙΗΤΙΚΗ ΣΠΟΝΔΥΛΙΤΙΔΑ

- Προκαλεί υπογοναδισμό και σεξουαλική δυσλειτουργία (ανικανότητα και μειωμένη libido)

Gordon, QJM

ΣΥΝΔΡΟΜΟ SJOGREN'S

- Προσβάλλει τους εξωκρινείς αδένες με αποτέλεσμα ξηρότητα των βλεννογόνων που συνοδεύεται με ατροφική κολπίτιδα και ουλίτιδα
Moutsopoulos 1987

ΣΥΝΔΡΟΜΟ SJOGREN'S

- Επώδυνες σεξουαλικές επαφές εξαιτίας δυσπαρευνίας
- Δυσκολία και μείωση ικανοποίησης στο φιλί λόγω της ξηρότητας του στόματος
- Δυσπαρευνία 60 % σε πρωτοπαθές SS και 39 % στην ομάδα ελέγχου
- Ξηρότητα κόλππου 52 % σε πρωτοπαθές SS και 33 % στην ομάδα ελέγχου

Marchesoni, 1995

ΣΥΝΔΡΟΜΟ SJOGREN'S

- Η σεξουαλική ενεργότητα δεν διαφέρει από την υγιή ομάδα ελέγχου
Skorouli, ARD 1994
- 50 % των ασθενών με δυσπαρευνία είχαν τραύμα ή φλεγμονή και ένα ποσοστό οφείλεται σε ανεπάρκεια οιστρογόνων και δεν οφείλεται πάντα στο 1^οπαθές SS.
Το stress της χρόνιας νόσου μειώνει την εφύγρανση του κόλπου.
D' Cruz, Lancet 2007

Σ.Ε.Λ.

- Πολυσυστηματική αυτοάνοση νόσος του συνδετικού ιστού
- Εκδηλώσεις της νόσου: εξάνθημα, κούραση, αρθραλγίες, νεφρίτιδα, συμμετοχή του Κ.Ν.Σ., πνευμονίτιδα, καρδιακή νόσος.
- Μπορεί να προσβάλει όλες τις πτυχές της ζωής συμπεριλαμβανομένης και της σεξουαλικής λειτουργίας

Σ.Ε.Λ.

- Αύξηση της αποχής από το sex, μείωση της λίπανσης του κόλπου, κατάθλιψη, αύξηση του πόνου κατά τη διάρκεια της επαφής χωρίς να υπάρχει διαφορά για την υγιή ομάδα ελέγχου σε ερεθισμό, επίτευξη οργασμού και σεξουαλική ικανοποίηση.
Curry, J Rheumatol 1994
- Με την καλύτερη κοινωνική υποστήριξη και την ικανοποίηση από τις υπηρεσίες υγείας και μειώνοντας την ενεργότητα της νόσου και προλαμβάνοντας την καταστροφή εσωτερικών οργάνων επιτυγχάνουμε καλύτερο επίπεδο υγείας για τους ασθενείς με ΣΕΛ και έχουμε βελτίωση σε όλες τις πτυχές της ζωής
Boomsma, Arthr Rheum 2002

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ

- Χρόνια αυτοάνοση νόσος με διαταραχές στα αγγεία και ίνωση που προκαλεί αγγειοπάθεια πολλών οργάνων (δέρμα, πνεύμονες, καρδιά, νεφροί, ΓΕΣ)
- Διαταραχές στη μικροαγγείωση και μεγάλη εναπόθεση κολλαγόνου
- Medsgar,2001

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ

- Διαταραχές στη στύση.
- Συχνή και πολλές φορές υποεκτιμώμενη (12-81%)
- Κυρίως εξαιτίας της υποκείμενης αγγειοπάθειας και διαταραχές στην ίνωση

Hong, J Rheumatol 2004

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ

- Οι ασθενείς με διαταραχές στύσης έχουν μεγαλύτερη κατάθλιψη και έχουν μη ικανοποιητική απάντηση στην sildenafil
Ostojic, Clin Rheumatol 2007
- Tadalafil βελτιώνει τη στυτική λειτουργία
Procetti, J Rheumatol 2009

ΣΥΣΤΗΜΑΤΙΚΗ ΣΚΛΗΡΥΝΣΗ

- Ξηρότητα κόλπου, έλκη, δυσπαρεννία πολύ πιο συχνά σε σκληροδερμία από ότι στην ομάδα ελέγχου.
- > 50 % των ασθενών αναφέρουν μείωση αριθμού και έντασης οργασμών συγκρινόμενο με < 20 % της ομάδας ελέγχου.
- Bhadauria, Am J Obstet Gynecol 1995

ΙΝΟΜΥΑΛΓΙΑ

- 2 – 4 % του πληθυσμού, 85- 90 % είναι γυναίκες
- Γενικευμένος πόνος, κούραση δυσκαμψία, λίγος ύπνος
 - Σεξουαλικές διαταραχές σε 26 από 48 (54,2 %) και 6/38 (15,8 %) στην ομάδα ελέγχου
 - Το πιο κοινό πρόβλημα ήταν η μείωση της επιθυμίας με κύριο αίτιο την κατάθλιψη.

Aydin, Urology 2005

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

- Επικοινωνία και συζήτηση σε κάθε ιατρική επίσκεψη ρουτίνας
- Συζήτηση των προβλημάτων ,μαζί με τον/την σεξουαλικό-ή σύντροφο
- Διαφορετικές στάσεις
- Αναλγητικά, θερμότητα, μυοχαλαρωτικά πριν τη σεξουαλική πράξη
- Εναλλακτικές μέθοδοι για έκφραση της σεξουαλικότητας

ΕΡΩΤΙΚΕΣ ΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ



Εικόνα 1: Οι δύο σύντροφοι είναι ξαπλωμένοι στη μέση σε ένα απορθητό ή γυναικία ποδηλάτι ένα μαξιλάρι μεταξύ των γονάτων της. Ο άνδρας κολιτσάει από πάνω. Είναι κατάλληλο για μερ γυναίκες με αρθρίτιδα στο χέρι ή για καρκίνο με προσθήκη στις περισσότερες αρθρώσεις.



Εικόνα 2: Ο άνδρας ξαπλώνει στη μέση της (ανάσκελα) και η γυναίκα γονατίζει ή ξαπλώνει πάνω του. Είναι κατάλληλο έναν άνδρα με αρθρίτιδα στα χέρια ή τα γόνατα.



Εικόνα 3: Η γυναίκα ξαπλώνει στη μέση της (ανάσκελα) με ένα μαξιλάρι κάτω από τα χέρια και τους γόνατάς της. Ο άνδρας ξαπλώνει από πάνω της με το πόδι ανοιχτό έξω από τα χείλη της, υποστηρίζοντας το βραχίονά του με το χέρι και τα γόνατά της. Είναι κατάλληλο για μερ γυναίκες με αρθρίτιδα στο χέρι, στη μέση ή τα γόνατα.



Εικόνα 4: Η γυναίκα ξαπλώνει στη μέση της (ανάσκελα) στην άκρη του κρεβάτι. Ο άνδρας γονατίζει και κολιτσάει από μπροστά. Είναι κατάλληλο για μερ γυναίκες που δεν μπορεί να κάμψει το χέρι της ή να τεντώσει τα γόνατά της.

ΕΡΩΤΙΚΕΣ ΣΤΑΣΕΙΣ ΓΙΑ ΑΣΘΕΝΕΙΣ ΜΕ ΑΡΘΡΙΤΙΔΑ



Εικόνα 5: Η γυναίκα βρίσκεται στη πλάτη της (ανάσκελα) με τα γόνατά της σε κάμψη ώστε να είναι πάνω από τον αγκώνα. Είναι καλή για μια γυναίκα με αγκυρή ή γόνατα σε κάμψη, τα οποία δεν μπορεί να τα τεντώσει.



Εικόνα 6: Οι δύο σύντροφοι είναι διατεταμένοι στο πάτωμα ή ένας ανήκειν στον άλλο. Για τον κάθε ένα η μερική πλευρά του μέρους που αρουμάει στα κνήκων είναι επάνω από τη μεριά του άλλου συντρόφου. Ο ένας σύντροφος έχει το άλλο πόδι μεταξύ των ποδιών του συντρόφου του. Είναι καλή για έναν άνδρα με προβλήματα στη πλάτη και κανένας σύντροφος δεν εδρακεί παρασκευάση θέση στις αρθρώσεις του.



Εικόνα 7: Η γυναίκα γεννιέται με τα πόδια της να στρέφονται από μαζύμαζο ή κόποι έλληο. Ο άνδρας κάθεται από πίσω. Είναι καλή για μια γυναίκα με προβλήματα στα κνήκων.



Εικόνα 8: Οι δύο σύντροφοι στρέφονται, η γυναίκα στρέφεται σε ένα άκρο σε ένα άκρο άκρος για υποστήριξη και στήριξη. Ο άνδρας κάθεται από πίσω. Είναι καλή για απόκλιση ή για έδραση από να σπινθηί ή να ζαλιέται με τα πόδια προς τα κόποι (πυροσβεστής).