

Å tilrettelegge for seksualvennlige miljø hele veien fra null til knull

Gardermoen 29.10.18.

Bernt Barstad

bernt@be-ni.no

Å tilrettelegge for seksual-vennlige miljø - hele veien fra null til knull.

Fagpersoner som arbeider med eldre må tenke på seksualitet og intimitet som mer enn samleie.

Hvilke praktiske tiltak kan man gjøre hos hjemmeboende, og på sykehjem for å legge tilrette for alle former for seksualitet og intimitet.

Bernt er opptatt av å fjerne tabuet rundt emnet, og at helsepersonell tenker seksuell funksjon på lik linje med andre helserelaterte problemer.

Det er ikke nødvendigvis slik at seksualitet får mindre betydning når man blir eldre... (Stéphane Vildalen 2015).

Seksualitet er med deg fra vugge til grav

- Gjennomsnittlige alder for seksuell debut er drøyt 17 år (litt lavere for jenter litt høyere for gutter), og den har vært relativt stabil
- Gjennomsnittlig levealder er ca 82,5 år
- Ca 565000 av oss er i aldersgruppen 67 – 79 år (SSB 2018)
- Ca 220 000 av oss er 80 år og eldre (SSB 2018)
- Ca 42 000 av de over 67 bor på institusjon
- Drøyt 30 000 av disse har langtidsopphold
- De fleste som har fylt 67 år har et seksualliv som har vart 50 år bak seg

Er eldre interessert i sex?

- Befolkningsstudier av seksualitet inkluderer sjelden mennesker over 70 år, derfor finnes det lite kunnskap om Eldres seksualvaner.
- I en engelsk studie av 69 eldre mente alle som var i et forhold, at sex var av betydning, mens enslige la mindre vekt på seksualiteten (Gott og Hinchliff, 2003)
- Det er studier som viser at eldre rapporterer mer seksuell nytelse enn da de var yngre (Karlen, 1992; Skoog, 2010). Det ser ut til å ha sammenheng med en etablert identitet, større trygghet og seksuell erfaring. Det er også studier som viser at eldre i dag er mer seksuelt aktive enn for noen år tilbake.

- Behov for kroppskontakt og intim nærhet blir ikke borte fordi man drar på årene, og seksuell lyst forsvinner ikke nødvendigvis på grunn av funksjonsnedsettelse og sykdom. Eldre har sex, og verdsetter denne siden av livet, ikke minst som en viktig del av et nært emosjonelt forhold (Miller, 2004).
- Resultatene fra en intervjuundersøkelse av Gott og kolleger (2004) viste at leger og sykepleiere fant det vanskelig å ta opp temaer knyttet til seksualitet med sine pasienter, og spesielt vanskelig var det hvis pasienten hadde et annet kjønn, var fra en annen etnisk gruppe, hvis pasienten var middelaldrende eller eldre eller ikke var heteroseksuell.

- Sosiolog Ann-Mari Volden (2004) undersøkte holdninger til eldres seksualitet hos pleiepersonell. Under intervjuene viste hun til erfaringer fra institusjoner i Danmark, der økt tilrettelegging for seksualitet hadde ført til mindre medisinbruk og roligere beboere.
- Volden (2004) påpekte manglende rutiner for å takle seksuelle tilnærmelser fra pasienter, og at seksuelle ytringer, forespørsler eller trakasseringer fra pasientene ble fleipet vekk under kaffen på pauserommet.

Hvem har sex?

- S – single
- A – Attractive
- P – Physical
- H – Healthy
- Y – Young

80% av individene som i film, litteratur og lignende er seksuelt aktive er SAPHYS

Hva gjør SAPHY med oss?

- Vi forventer ikke at seksuelle problemer finns hos våre pasienter
- Vi tar ikke opp spørsmål om seksualitet i anamnesen

Dette preger også pasienten

- De tar ikke spontant opp sine problemer
- De forventer ikke åpenhet
- De forventer ikke å finne hjelp
- Problemene involverer selvbildet
- Selvoppfyllende profetier

Det er mye mellom null og knull

- Ikke alle er interessert i sex når de blir eldre
- Noen blir mer interessert i sex når de blir eldre
- Problemer knyttet til seksualitet lar seg løse bedre i dag enn før – Viagra, hjelpemidler, vilje til å snakke om
- Noen relasjoner blir skjeve (ikke sikkert at begge vil. Men hva om det alltid har vært slikt, hva vet vi?)
- Ikke alle vil ha sex når de søker nærhet – noen vil bare ha nærhet

Hva vil «de»? Hva vet «dere»?

- Det foregående bekrefter at man slutter ikke med sex fordi man blir gammel
- Seksualiteten gir seg uttrykk på mange vis
- Så lenge seksualitet ikke står på agendaen, kan dere heller ikke vite
- Utfordringen blir følgelig, hvordan skal dere kunne vite – og hva skal dere gjøre med det dere får vite
- Verden blir «skjevere» – det blir også de eldre...

Hvordan?

- Etablering av et seksualvennlig miljø, som bidrar til åpenhet og ikke minst legitimering av å ha seksualitet på agendaen
- Fokus på seksuell helse (og uhelse). Det kan være på sin plass å spørre enkelte om de har behov for bistand på dette området.
- Fokus på personalets grenser. Når man jobber med pleie- og omsorg er det mye man må finne seg i. Dette betyr ikke at man nødvendigvis skal finne seg i det. Mye uønsket atferd kan korrigeres, dersom man er samlet om det
- Moral og etikk – hvem sin er rådende?

Det er viktig å påpeke at sex ikke er like interessant for alle....

