



Poročilo srečanja podporno pogovorne skupine za osebe s KVČB, ki imajo stomo začasno stomo ali pauč - KVČB, STOMA, PAUČ IN SPOLNOST

Sara Medja

5. septembra 2023 je Društvo za KVČB za člane podporno pogovorne skupine za osebe, ki imajo stomo, začasno stomo ali pauč organiziralo strokovno predavanje na temo »KVČB stoma, pauč in spolnost«. Predavala je Dr. Gabrijela Simetinger, dr. med spec. ginekologije, porodničarka in seksologinja.

Vsi vemo, da je izločanje oziroma po domače kakanje velikokrat tabu tema in se o tem ne govori, v prepričanju, da to ni primerno, da je to intima posameznika itd. Vse osebe s KVČB smo se na neki točki svoje bolezni srečali s tem tabujem. Lahko je šlo za opazke, čudne poglede, občutek nesprejetosti, manjvrednosti, nezmožnosti in nelagodja. Ko pa združimo temo osebe s KVČB in spolnost pa dobimo tabu na deseto potenco.

Na žalost se že tako premalo govori o KVČB in stanju, ki nas spremlja. Premalo se tudi govori o spolnosti oseb s KVČB. Če si želimo priznati ali ne, je spolnost pomemben del našega življenja. Pa vendar tukaj ni mišljena spolnost, zgolj kot samo spolni odnos, temveč tudi intimnost, kamor spada že nežen prijeten dotik, močan objem, poljub, občutek po sprejetosti, bližini in še marsikaj.

Tako smo člani podporne pogovorne skupine za osebe s stomo, začasno stomo ali paučem, v torek 05.09.2023, imeli predavanje na temo KVČB stoma, pauč in spolnost. Predavanje je vodila dr. Gabrijela Simetinger, ginekologinja, porodničarka in seksologinja. Predavanja se je udeležilo sedem članov in skupaj smo razbijali mite in tabuje o spolnosti oseb s KVČB.

Najprej smo se dotaknili teme, kako sama bolezen ter operacija vplivata na spolno funkcijo in samopodobo, ki poslabšata kvaliteto našega življenja. Predvsem je prisoten strah. Lahko pride do okrnjene spolne funkcije, pomanjkanja spolne želje, bolečih spolnih odnosov, pojavijo se razne fizične ovire pri določenih položajih ter psihološke spremembe, kot so občutek krivde, zadrege, razdražljivosti in občutek spolne neprivlačnosti.

Kako sploh začeti intimnost? Najprej se rabimo v svojem telesu počutiti dobro, sprejeti samega sebe in naše stanje, saj je to del nas, vendar gre za proces, ki traja. Pri tem je pomemben tudi partner, da ve, kaj nam je všeč, da nas podpira in sprejema takšnega kot smo. Ključ do uspeha je pogovor, da smo slišani, da si izmenjamo izkušnje, da se pogovorimo o občutkih in odzivih na spremembe, ki so se zgodile. Pri tem lahko pomaga tudi humor, ki zna sprostiti marsikatero neprijetno situacijo.

Vrečko pred spolnim odnosom izpraznimo, da imamo boljši občutek. Lahko jo zavarujemo z raznimi pripomočki, ki so kot nekakšni okrasni pasovi, uporabljamo spodnje perilo brez mednožja ter razni predmeti, ki pokrivajo vrečko, medtem ko izpostavljajo genitalije za spolni odnos.

Govorili smo o analnem spolnem odnosu, ki je še vedno tabu. Pri osebah s KVČB namreč lahko pride do rektalnih simptomov in lezij, naša vneta sluznica je bolj občutljiva na spolno prenosljive povzročitelje, pride lahko do analne displazije in tveganja za analni karcinom. Govorili smo tudi o spolnih odnosih v stomo, ki jih kirurgi prepovedujejo, specialisti spolne medicine pa ne. Pogoj je seveda, da ustreza obema, ki imata spolni stik. Poskrbeti je potrebno za primerno higieno, kondom ter spolni odnos zaključiti ob kakršnikoli bolečini.

Prav tako je medsebojno preživljanje časa s poljubljanjem, dotikanjem občutljivih predelov, vzajemno masturbacijo ali oralnim seksom dosežen spolni užitek za oba, ne da bi nas skrbelo kakršnokoli začetno nelagodje povezano s seksom. Predvsem je pomembno, da smo v trenutku, da se prepustimo občutkom in čutom, ki jih zaznavamo ter uživamo ob vsakem pogledu, dotiku, poljubu.

Žal se veliko oseb s KVČB z zdravstvenimi delavci ne želi pogovarjati o spolnih odnosih, saj se bojijo obsojanja (nekateri tudi zaradi spolne usmerjenosti, drugačnega spolnega načina življenja), a s pogovorom bi pridobili vsi. Z ustreznimi informacijami bi se počutili varneje in bi se samozavestnejše ter bolj sproščeno spustili v sam spolni odnos. Zdravstveni delavci morajo izvajati prilagojeno izobraževanje in svetovanje pri težavah v spolnosti pri bolnikih s stomo. Prav bi bilo, da se razvijejo intervencije, ki jih zdravstveni delavci lahko uporabljajo za zagotavljanje strategij obvladovanja, informiranja in virov za izpolnjevanje pacientovih spolnih potreb in izboljšanje njihove kakovosti spolnega življenja.