



grund ikke har den samme betydning mere, men nu har de ikke en familie, ingen børnebørn, og så er det for sent! Så det er et valg, der ikke kun er nu og her, men også når du bliver 70-80 år. Jeg har også siddet med kvinder, der har fået børn, og som i en alder af 50-60 år føler, at de har ofret hele deres liv for deres børn. Der sidder de nu og er smådeprimerede og godt skuffede, fordi de fuldstændig har glemt sig selv, og mange ting nu er for sent! Så ved ethvert valg er der også et fravalg, som man må gøre sig klart og tage ansvar for.

Del din beslutning op, og find ud af, hvad DU vil, og hvis du vælger, at du ikke vil have børn, så kan du jo dele det med din kæreste og fortælle, hvad det betyder for dig, for ham og for jeres liv både i glæder og i sorger – ikke kun nu og her, men også om 10-20 år. ■

OVERGANGSALDER SKAL JEG TAGE TESTOSTERON?

[BREV] Kan man afhjælpe manglende libido ved at ordinere testosteron uden samtidig at ordinere andre hormoner? Hvad ved man om bivirkninger?

Jeg er 55 år og fik for fire år siden fjernet livmoder og begge æggestokke på grund af fibromer i livmoderen samt en godartet cyste på den ene æggestok. På grund af overforekomst af brystkræft i min familie valgte jeg i samråd med hospitalet at få begge æggestokke fjernet, nu vi var i gang, Jeg har for så vidt ikke fortrudt den beslutning.

Efter operationen havde jeg en kort overgang lidt hedeture, men det er for længst overstået. Min overgangsalder var formentlig allerede godt i gang, og jeg har ikke haft voldsomme gener på noget tidspunkt, måske bortset fra lidt tørre slimhinder.

På forhånd blev jeg advaret om, at manglende æggestokke kunne give

mangel på testosteron, og at det kunne give nedsat livskvalitet fx i form af manglende libido. Det har desværre vist sig at holde stik. Jeg er lykkeligt gift og kan for så vidt godt 'tændes' og få orgasme ... men der skal godt nok varmes grundigt op under mig. Jeg savner at være 'sulten', og min mand savner, at jeg tager initiativ. Min mands behov er jo uforandret, og jeg kan let komme til at føle sex som en pligt, i hvert fald indtil vi er i gang).

Jeg har læst om Intrinsa, som vist ikke længere er tilladt, men har studset over, at disse midler forudsætter, at man samtidig er i østrogenbehandling. Hvorfor nu det? Hvis der mangler testosteron i retten, hvorfor så ikke bare tilsætte det? Jeg kan ikke se, at jeg skulle have brug for østrogen (ud over Vagifem). Hvad ville du ordinere?

[SVAR] Det første, du skal have, er lokal østrogen til dine tørre slimhinder – og nogle gange er det nok til at fremme sexlysten. Er det ikke nok, vil jeg foreslå Testim eller Testogel, som i Danmark kun findes til mænd. Jeg plejer at anbefale 1/5 - 1/6 mandedosis daglig. Det må endelig ikke overdoseres, idet man så kan risikere at få dyb stemme og overskæg. Testim/Testogel er en gelé i en lille beholder, som jeg plejer at vise kvinden, hvordan man deler i fem-seks portioner, som man så smører på dagligt. Du behøver ikke andre hormoner i forbindelse med det. ■



Christine
Felding

Gynækolog

**SPØRG OM DIT
UNDERLIV**
felding.dk

Skriv dit spørgsmål til
psykologi@aller.dk