

Gynækolog og obstetriker
Christine Felding



sundhed@soendag.dk

Christine Felding

Tørre slimhinder er noget rigtig mange kvinder døjer med efter overgangsalderen, selv om det jo på film og i serier stort set aldrig er et problem, der nævnes.

Når sexlivet driller . . .

Sex er kommet for at blive. Men måske har du, i takt med at årene går, mærket hvordan din krop har forandret sig, og hvordan din lyst har ændret sig. Både i forhold til hvad du lyst til, men også hvor tit, du gerne vil udfolde dig på det hvide lagen. Her spiller biologien unægteligt ind. Mænds sexliv peaker, når de er cirka 25 år, hvorimod kvindernes sexliv siges at peake for de flestes vedkommende i 30-40 års alderen.

Måske er din sexlyst aftaget med alderen, og har du det fint med det, så er alt jo, som det skal være. Det er ingen selvfølge, at man skal have et aktivt sexliv for at have et dejligt liv, uanset hvad andre skulle mene om det.

Det kan jo også være, at du gerne vil have et aktivt sexliv, men at manglende lyst, overgangsalder eller din mands impotens gør det svært. I så fald er der hjælp at hente.

Tørre slimhinder er noget rigtigt mange kvinder døjer med efter overgangsalderen, selv om det jo på film og i serier stort set aldrig er et problem, der nævnes. På film er det selvfølgelig også sjældent, at kvinder i fyrrerne eller derover har sex!

Og det er synd og skam, der ikke er mere fokus på tørre slimhinder og deres indflydelse på sexlivet, for det er en helt naturlig udfordring, mange kvinder oplever i forbindelse med overgangsalderen. Tørre slimhinder er noget, du kun kan ønske for din værste fjende. De føles ofte så som sandpapir, og det kan jo tage lysten fra de fleste ...

Som jeg har skrevet mange gange i brevkassens spalter, skal man ikke finde sig i tørre slimhinder, det kan nemlig let behandles. En løsning er lokalt østrogen, som du kan få hos din læge på recept. Du også få forskellige produkter uden hormoner.

Endelig kan du få laserbehandling af slimhinderne, nemlig MonaLisa Touch-behandlingen, den koster dog penge. Efter de tørre slimhinder bliver behandlet, bliver kvinden ofte et nyt og bedre menneske. Og det gør manden som regel også.

Du kan dog også miste lysten, uden du har tørre slimhinder. Også selv om du stadigvæk menstruerer. Men også det kan løses ved hjælp af noget testosteron. Jeg glemmer aldrig dengang en kvindelig patient fortalte direkte på tv, hvordan jeg havde givet hende testosteron, og hvordan det kunne hjælpe på lysten. Jeg blev kimet ned bagefter af kvinder, der ville vide mere. Testosterontilskud kan du få hos nogle gynækologer.

En anden forhindring for et godt sexliv, kan ligge på mandens banehalvdel, nemlig hvis han har problemer med potensen. Det er meget almindeligt. Det er desværre også meget almindeligt, at manden er flov over det og ikke vil gå til lægen, fordi han skammer sig over sin impotens. Kvinder går generelt meget mere til lægen, end mænd gør – også når det gælder gynækologiske og seksuelle problemer. Mænd synes, at det er pinligt. Men du skal til gå lægen for at få potensfremmende midler såsom Cialis og Levitra, de kommer nemlig på recept. Medmindre du køber noget over nettet, og det vil jeg bestemt fraråde, for du ved ikke, hvad du får. De lever ikke op til de samme standarder, som de potensfremmende midler, du kan få udskrevet hos lægen.

Sex behøver du ikke blive for gammel til. Jeg kender et ægtepar i 80'erne, der stadigvæk dyrker sex ganske ofte. Og vil du også gerne fortsætte dit sexliv, men har du udfordringer, håber jeg, at denne klumme kan hjælpe dig på vej. ●