

# Trenger vi snakke om det?

**Spørsmålet er relatert til samliv og seksualitet i forbindelse med alvorlig sykdom. Nå får helsepersonell tilbud om kurs for å bli bedre «hjelpere» også på dette området.**

Å snakke om relasjoner, spesielt knyttet til tema som seksualitet, er ofte utenfor helsepersonells komfortsone. Men slik bør det ikke være. Og nå er det kurstilbud for helsepersonell på trappene.

## Sykdom og seksualitet

Hvorvidt seksualitet har en ønsket plass i tilværelsen til pasienter og deres partnere, er individuelt. Men når en i et forhold blir hjelpe- og pleietrengende, gjør det noe med forholdet. Mange pårørende får også en annen rolle - fra å være en intim venn og aktiv seksualpartner til å bli en pleier med omfattende omsorgsoppgaver. Den syke kan også føle seg mindre akseptert og attraktiv for partneren.

Det kan det være vanskelig å sette ord på. For kortere eller lengre tid kan det for mange par være nødvendig å finne en annen form for intimitet enn tidligere, og en del kan trenge noen utenforstående å snakke med.

Pasienter under lindrende behandling og dennes partner, kan ha et stort behov for å kunne få samtaler, råd og hjelp på dette området, og det må være noen som kan gi dem det. Sam-



**MED BRED FAGLIG BAKGRUNN:** Heidi Rognlidalen, Marthe-Lill Solstad, Reidun Hov, Anne Kjersti Myhre, Wenche Fjeld, Haakon Wiig og Heidi Nordsveen (samt May-Henny Moen Næss) har til sammen en bred faglig bakgrunn og gleder seg til å kurse andre i teamet seksualitet og sykdom.

**FOTO: HAMAR KOMMUNE**

taler om seksuell helse bør derfor inngå som en naturlig del av den omsorgen som gis. Særlig fordi intimitet i en sykdomsfase kan virke både lindrende og gi økt livskvalitet for den enkelte, selv inn i en langtkommen fase av sykdommen.

## Kurs for helsepersonell

Utviklingssenteret for hjemmetjenester og sykehjem i Hamar kommune har opprettet et prosjekt under ledelse av sexolog Wenche Fjeld og prosjektveileder Reidun Hov, for å bedre kunnskapen hos helseansatte på dette feltet. Også fra bruker-

sida vet de at økt kunnskap om temaet er etterspurt.

De har samlet et bredt knippe med ressurspersoner med ulik faglig bakgrunn, og sammen starter de opp kurs nå i januar. Målgruppa er helsepersonell, både i kommuner i Hedmark, men også ved sykehus og for fastlegene. Hensikten er at deltakerne bedre skal settes i stand til å gi pasienter og partnere et tilbud om samtale og støtte; nettopp for å opprette gode og nære relasjoner, selvbylde, intimitet og seksuell helse også i en sykdomsfase. Målet med kurset er kort og godt å styrke an-

sattes fagkompetanse og bevisstgjøre den enkelte i gode etiske refleksjoner innen feltet.

Kurset er samlingsbasert og foregår på Terningen Arena går i januar og februar. Det er fire samlingsdager, men mellom samlingsdagene skal deltakerne gjøre konkrete oppgaver knyttet til tematikken på egne arbeidsplasser.

Ytterligere informasjon om prosjektet og påmeldingslenke kurset finnes på kommunens nettside. De som vil delta, må melde seg på innen 20. desember.