

Seksologiaa

Mia Venhola
LL, terveyskeskuslääkäri
Kliininen seksologi NACS,
vaativa erityistaso



Seksologia

Monitieteellinen

-luonnontieteet, yhteiskuntatieteet

Kliininen seksologia

-lääketiede

-hoitotiede

-psykologia

Seksuaalioikeudet WAS Hongkong 1999

Seksuaalisuus on olennainen osa jokaisen ihmisen persoonallisuutta. Sen täysi kehittyminen riippuu siitä, miten yksilölliset perustarpeet tyydyttyvät. Näitä ovat kaipuu ja halu kontaktiin, läheiseen suhteeseen, tunneilmaisuun, mielihyvään, hellyyteen ja rakkauteen.

Seksuaalioikeudet

- Oikeus seksuaaliseen vapauteen
- Oikeus seksuaaliseen itsemääräämisoikeuteen, seksuaaliseen loukkaamattomuuteen ja fyysiseen turvallisuuteen
- Oikeus seksuaaliseen yksityisyyteen
- Oikeus seksuaaliseen oikeudenmukaisuuteen
- Oikeus seksuaaliseen mielihyvään
- Oikeus seksuaalisten tunteiden ilmaisuun

Seksuaalioikeudet, jatk

- Oikeus vapaaseen seksuaaliseen liittymiseen
- Oikeus tehdä vapaita ja vastuullisia ehkäisyvalintoja
- Oikeus tieteellisesti tutkittuun seksuaalisuutta koskevaan tietoon
- Oikeus monipuoliseen seksuaaliseen tietoon ja sivistykseen
- Oikeus seksuaaliterveyden hoitopalveluihin

Kulttuurin vaikutus

- Länsimaat: järkeily
- Aasia: eroottisuus
- Mies-nais-näkökulma
- Tasa-arvoisuus
- Uskontojen vaikutus

Kulttuuri jatk.

Arvot, normit

Tabut

Myytit

Asenteet

Mikä on normaalia?

Lapsuuden merkitys

Kehon tunnemuisti

Eroottisuus

Intohimo

Pelot

Ahdasmielinen kasvatus

Meni vikaan—raiskaus, filiat?

STM mietintö 2007-2011



Seksuaali- ja lisääntymisterveyden edistäminen

- Toimintaohjelma 2007-2011
- STM
- pj Kimmo Leppo
- seks lis jaos Elise Kosunen
- lis ter jaos Risto Erkkola

Toimintaohjelma

- "Tavoitteena on edistää väestön sekä pariskuntien ja yksilöiden seksuaali- ja lisääntymisterveyttä"

Seksuaaliterveys

- kokonaisvaltainen hyvinvointi
- positiivinen asenne ihmisen seksuaalisuuteen
- ei pakottamista
- ei syrjintää
- ei väkivaltaa

Seksuaaliterveyspalvelut

Nummelin 2000

- Seksuaaliopetus
- Seksuaalineuvonta
- Seksuaalivalistus

Seksuaaliopetus

- peruskoulu on avainasemassa
- välillä vähäistä : v 1994-2004
- vaihtelee kouluittain
- lukio versus ammattikoulu

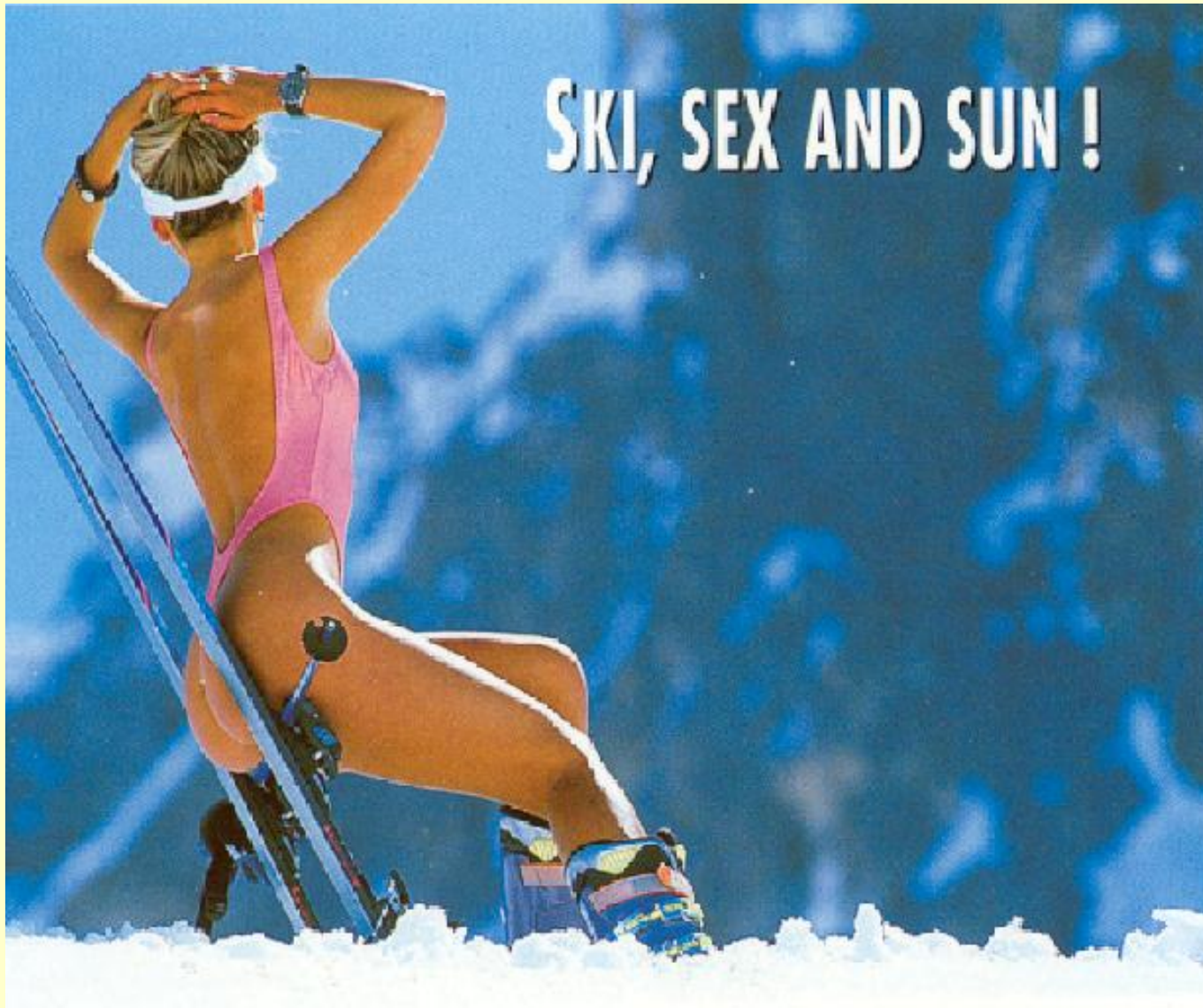
Seksuaalineuvonta

- yksilöllinen kohtaaminen
- ammatillista terveydenhuoltoa
- PTH selvittelee, hoitaakin
- neuvoloiden tehtävät
- toimintahäiriöt terapeuteilla
- ESH/kunnat taitajat lisääntymässä

Seksuaalivalistus

- median merkitys
- tietojen päivittäminen
- internet: kansalaisen terveystietoportti
- valistuslehdet nuorille (poissa 2004-2008)
- kampanjat
- nettineuvolat, synnytystutuksi

Seksi ja seksuaalisuus



Miksi hyvää seksiä



Ilo, tyytyväisyys

Läheisyys

Mielihyvä

Onnellisuus

Luottamus

Hyvä parisuhde

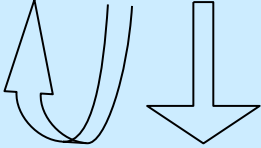
Molemmille

Endorfiinit

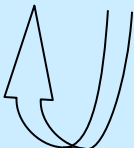
Kiintymys

Hormones & sexuality

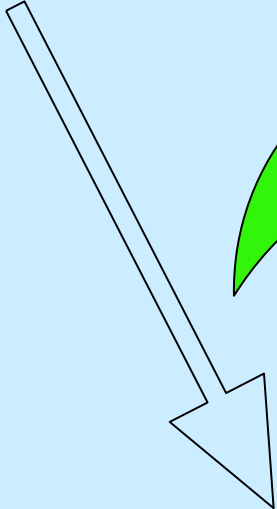
hypothalamus



pituitary



ovarie
s



proges-
teron

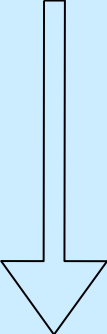
estrogen

adrenals



androgens

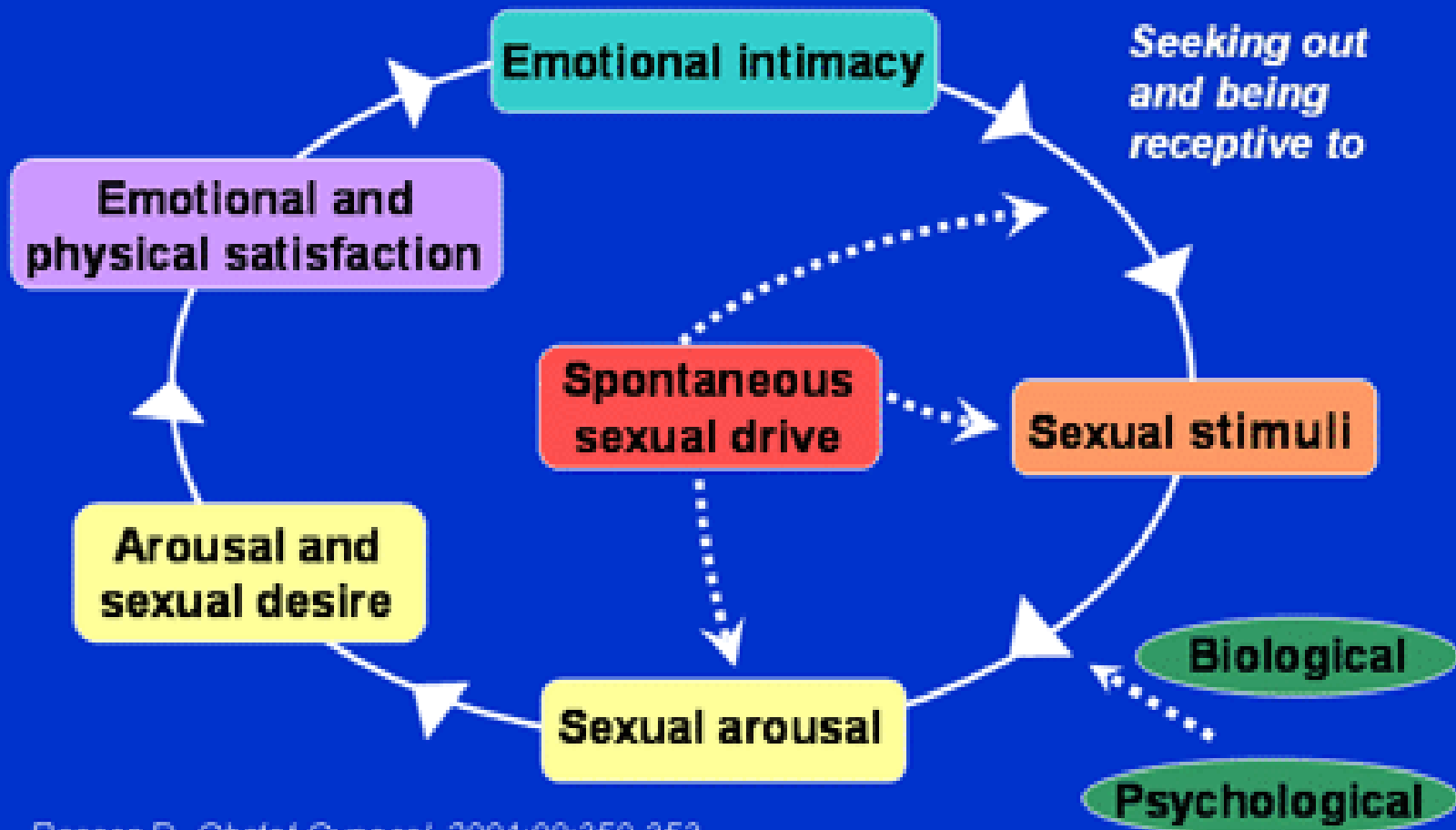
testes



testosteron

Bassonin malli

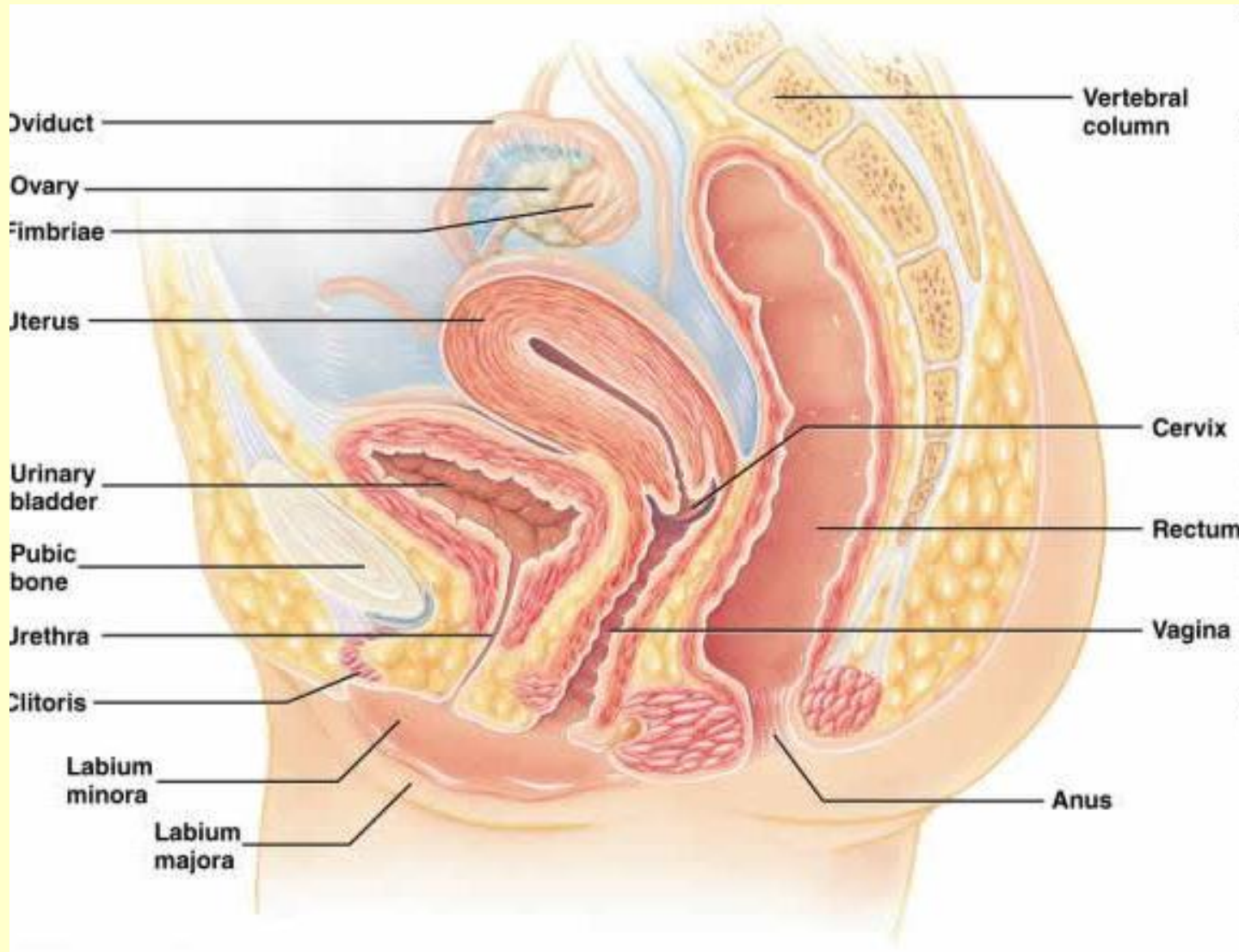
Intimacy-Based Model of Female Sexual Response Cycle



Rakastuminen vuorovaikutuksena

- Depressiovaihe
- Ihastuminen
- Rakastuminen
- Testausvaihe
- Rakastaminen
- Kyllästyminen ja viha
- E Varilo 2002

Naisen anatomia



Lantionpohja

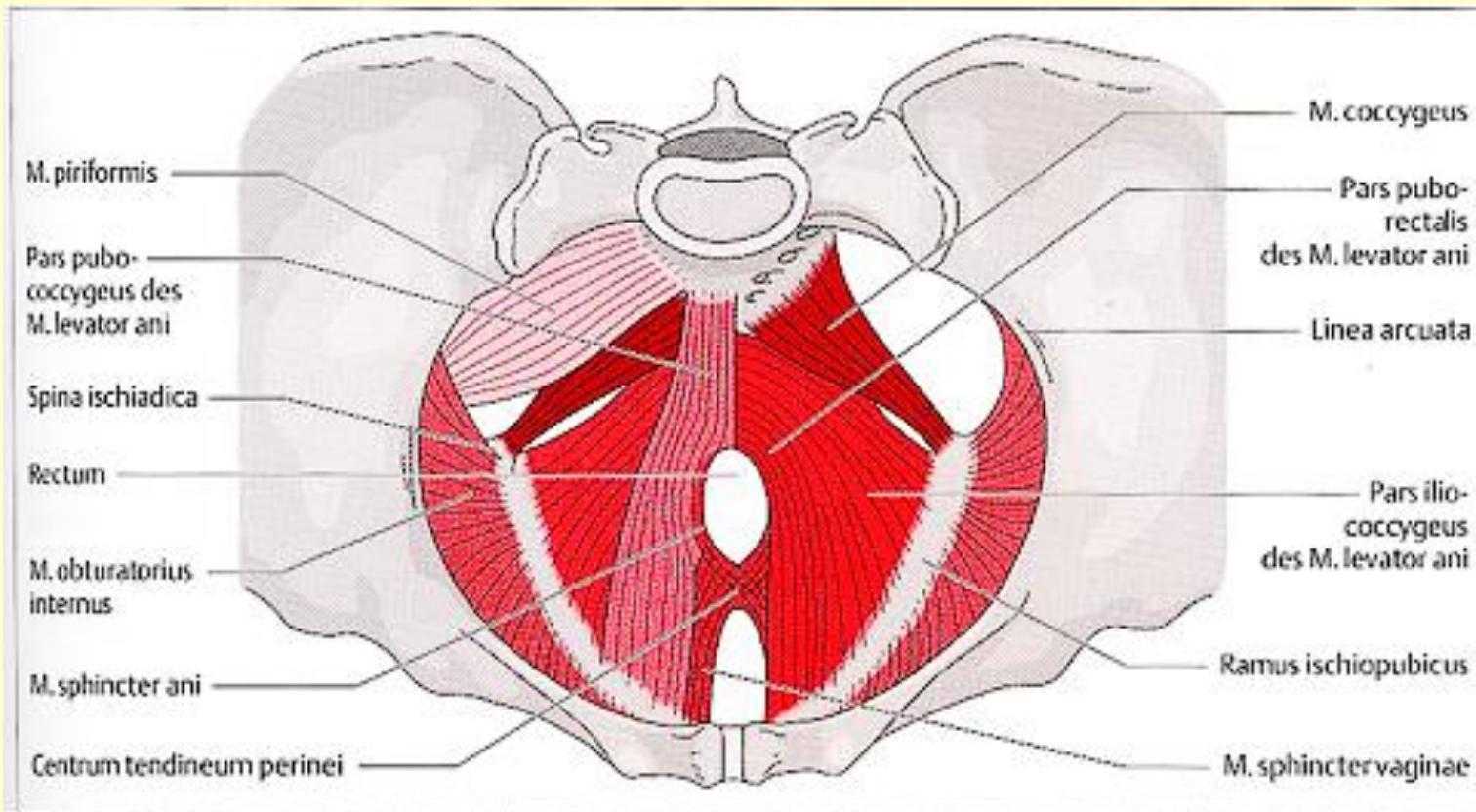


Abb. 2.135 Weibliches Diaphragma pelvis (Ansicht von kranial).

Seksuaalifysiologiaa



Fig 1 "The Copulation" as imagined and drawn by Leonardo da Vinci.² With permission from the Royal Collection. Her Majesty Queen Elizabeth II is gratefully acknowledged

Seksuaalinen reaktiosarja

Lepovaihe
Halun herääminen
Esileikki
Kiihottuminen
Tasannevaihe
Orgasmi
Palautumisvaihe



LASSELLA JA PIALLA OLI ERI NÄKEMYS
ESILEIKKI-SANASTA

Naisen kiihottuminen

- Clitoriksen verentungos
- Emättimen eritteet, laajentuminen
- Häpyhuulten turpoaminen
- Rintojen verekkyyys, nännit jäykistyvät
- Ihon punoitus
- Lihasjännityksen lisääntyminen
- RR ja sykkeen nousu

Naisen tasannevaihe

- Clitoris vetäytyy
- Emätin laajenee ja pitenee
- Häpyhuulet turpoavat lisää
- Kohtu nousee
- Rintojen pingotus, nännipihat laajentuvat
- Ihon puna lisääntyy
- Lihasjännitys kasvaa

Naisen tasannevaihe jatk

- Hyperventilaatio alkaa
- RR nousee 20-60/10-20 mm Hg
- Syketaajuus 100-175/min
- Peräsuolen sfinkterin tahdonal supist

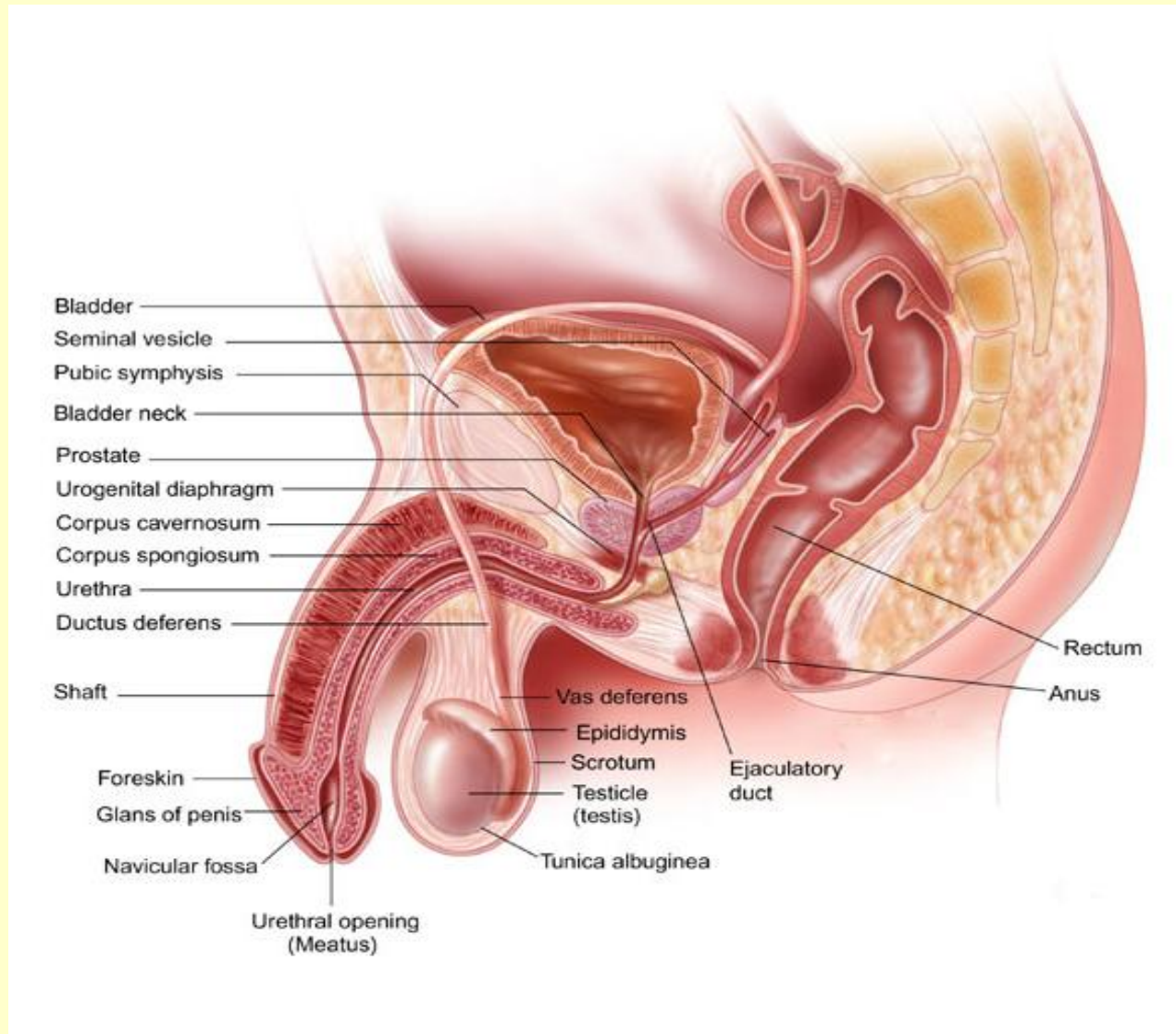
Naisen orgasmivaihe

- Clitoriksessa ei muutoksia
- Vaginan orgasmivyöhyke supistelee
- Kohtu supistaa, intensiteetti vaihtelee
- Ihon puna korreloi orgasmin voimakkuutta
- Lihashallinnan vaikeus, tahattomia liikkeitä
- Hyperventilaatio, frekv ad 40/min
- Syke 110-180/min
- RR nousu 30-80/20-40 mm Hg

Naisen palautumisvaihe

- Kaikki toiminnot palaavat lepotilaan
- Jälkihikoilu
- Raukeus

Miehen anatomia



Erektion mekanismi

1. Veltto perustila: ICP 4-6 mm Hg
2. Täyttymisvaihe: arteriolien relaksaatio, verivirtaus 5-10x, laskimot sulkeutuvat
3. Tumesenssi: tilavuus kasvaa, laskimoiden kompressio lisääntyy, ulosvirtaus hidastuu, ICP ylittää diastolisen RR

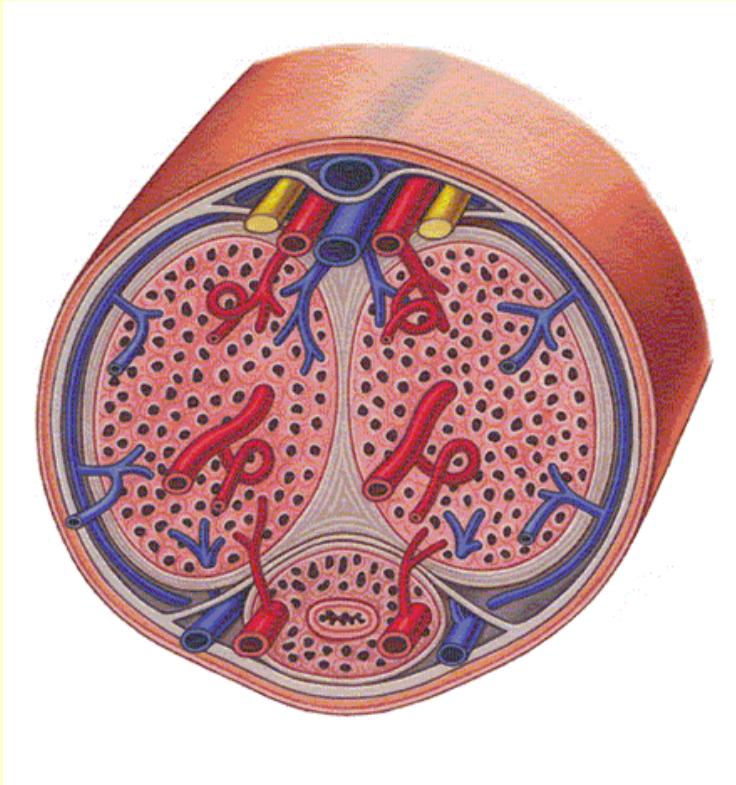
Erektion vaiheet jatk

4. Täysi erektio, laskimovirtaus estyy,
ICP 90-100 mm Hg

5. Jäykän erektion vaihe,
ICP hetkellisesti ad 200-500 mm Hg

6. Detumesenssi

Erektion fysiologiaa: peniksen verenkierto



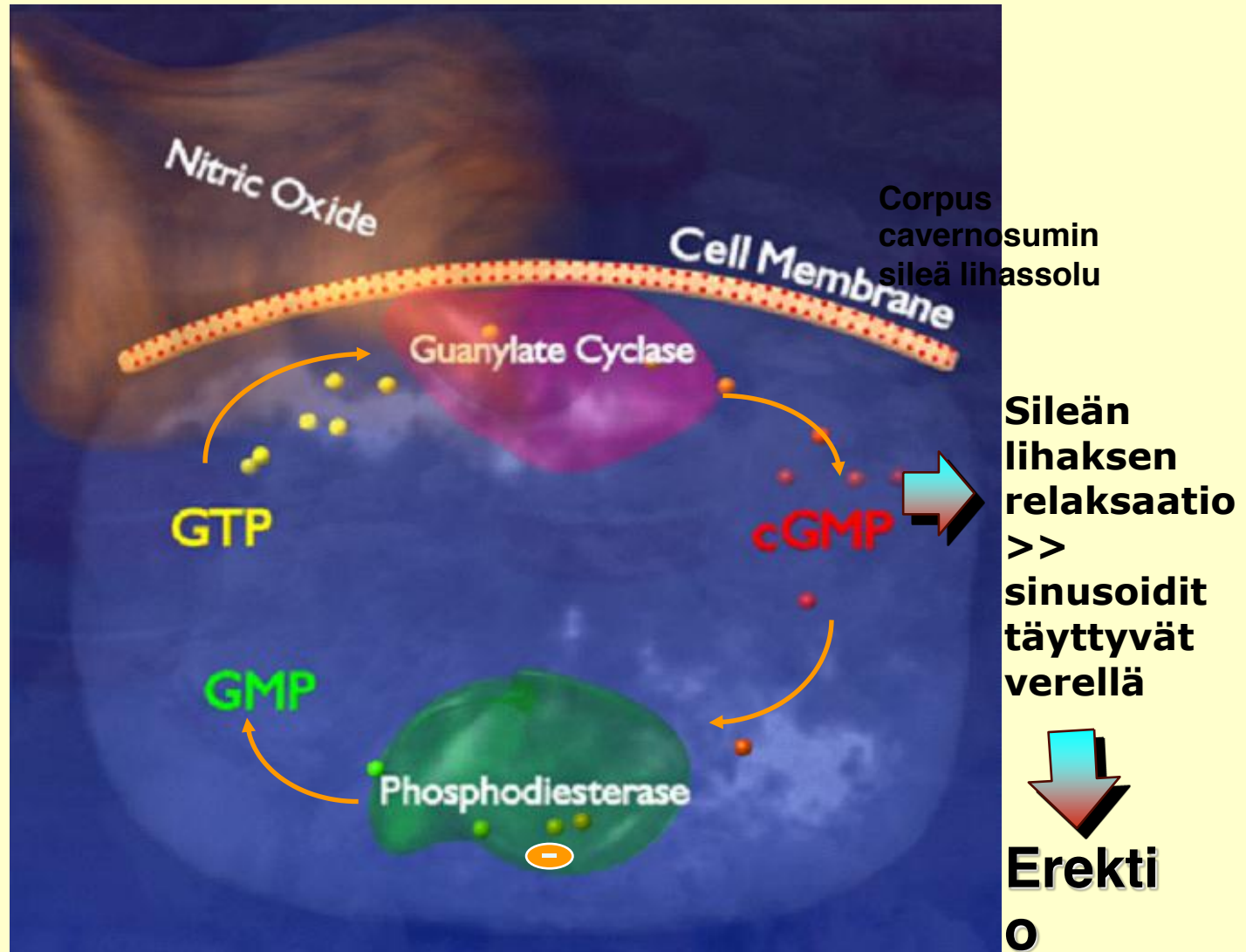
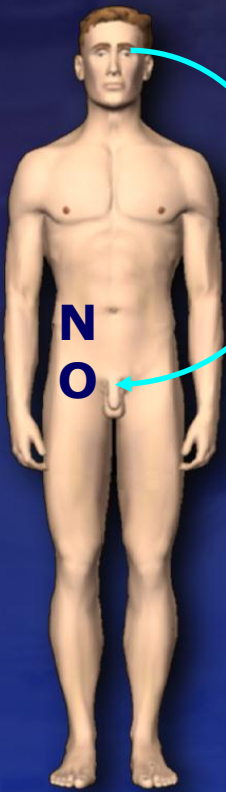
Penis levossa



Penis erektiossa

Erektion syntymekanismi ja PDE5-entsyymi

Seksuaalinen
stimulaatio



Miehen kiihottumisvaihe

- Siittimen jäykistyminen
- Kivespussin iho jännittyy
- Kivekset kohoavat
- Nänninen jäykistyminen
- Tahdonalainen lihasjännitys
- RR ja syke reagoivat kiihottasteeseen

Miehen tasannevaihe

- Siittimen rigiditeetti
- Kivekset kohoavat
- Rauhaseritteitä
- Ihon punoitus
- Lihasjännitys (tahdonal/
• tahdosta riippumaton)
- Rectumsfinkterin supistuminen

Miehen tasannevaihe jatk

- Hyperventilaatio alkaa
- Pulssi 100-175/ min
- RR nousee 20-70/10-40 mm Hg

Miehen orgasmivaihe

- Virtsaputken supistelu
- Kivespussien lisäjännittyminen mahd
- Prostata- ja rakkularauhaseritteet, mikä koetaan siemensyöksyn alkamisena
- Ihon puna voimistunut
- Lihasjännityksen hallinnan vaikeus
- Rectumsfinkterin supistelu

Miehen orgasmivaihe jatk

- Hyperventilaatio ad 40/ min
- Sydämen syke 110-180/ min
- RR nousu 40-100/20-50 mm Hg

Miehen palautumisvaihe

- Siittimen verentungos väistyy
- Paluu lepotilaan
- Hikoilua esiintyy

- Endorfiinit
- Refraktääriaika

Tavalliset seksiongelmat

Yksinäisyys, parin puute
Haluttomuus
Eriyisongelmat



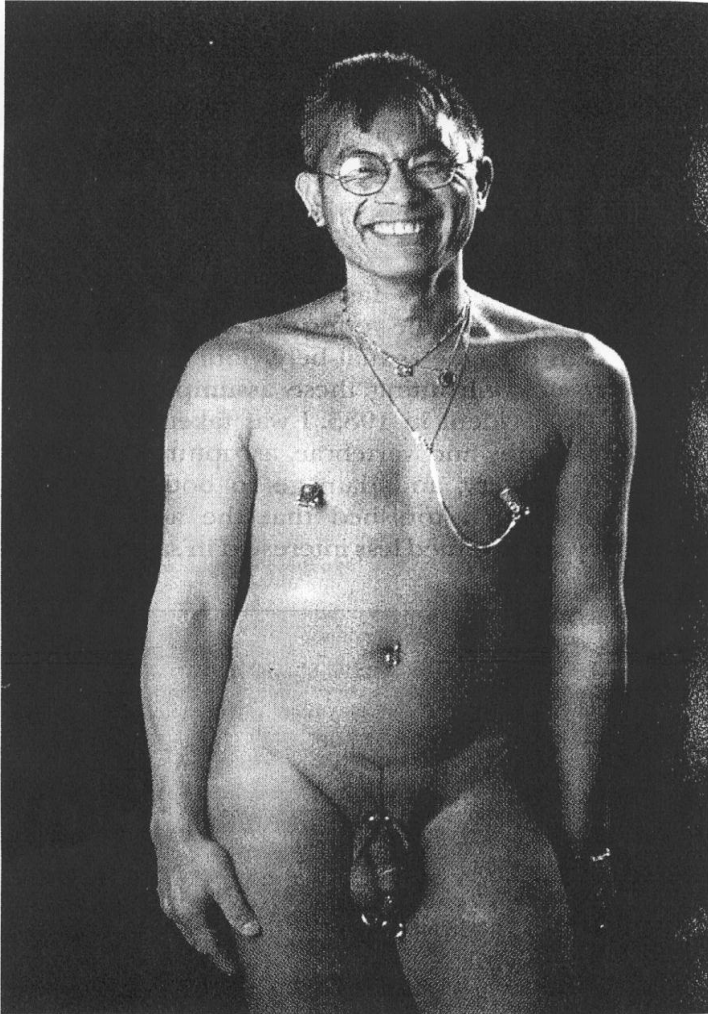
Ylva Maria Thompson
Metallicatorso

Oikeus omaan seksuaalisuuteen

Parisuhteessa kaikki se on sallittua mikä
tehdään molempien yhteisestä
sopimuksesta kumpaakaan painostamatta

Intimiteettisuoja

Erilaisia ihmisiä



Nipple, naval, pubic, Prince Albert, and scrotal piercings. Each nipple has horizontal and vertical piercing

- Hetero
- Homo
- Lesbo
- Biseksuaali
- Genderblendaaja
- Multiamoriaalinen

Erilaisuus jatk

- Transihminen (huom! interseksuaali, krom)
- Transvestiitti
- Ekshibitionisti
- Voyeristi eli tirkistelijä
- Seksiaddikti
- Sadomasokisti: sopimus!
- Panseksuaali

Nimikkeitä

- Asfyksofilia
- Zoofilia
- Necrofilia
- Toucherismi
- Frotterismi
- Urofilia
- Koprofilia



Pedofilia

- Kriminalisoitua toimintaa
- Lapsen seksuaalinen riisto
- Kohdistuu usein tietynikäisiin
- ja tiettyyn sukupuoleen
- Lapsen fysiologiset reaktiot
- Uhkaavuus
- Internetin - chattailun merkitys?
- Pedofiili tuhoaa lapsen norm kehityksen

Insesti

- Tekijä on lähisukua tai uusioperheen jäsen
- Periytyvyys
- Salaisuus
- Lapsen uhkaaminen
- Juridinen näyttö vaikeaa
- Miten käy lapsen: suisidi, prostituutio
- Uhrin hoito

Raiskaajat

Rikollisia

Ekshibitionisti vaiko raiskaaja

Milloin raiskaus, milloin ei?

Erotiikka / pornografia

Eeva Kilpi: Pornosta puuttuu moraalinen vastuu



Normaalia parisuhde-elämää



Seksuaalinen aktiivisuus

- Sukupuolten erot
- Ikä
- Elämän eri vaiheet
- Hormonaaliset muutokset
- Psykososiaaliset tekijät
- Parisuhteen muutos: ero, leskeytyminen
- Sairaudet
- Päihteet

Nuoret

- Joukkoharha
- Seksuaalinen ylikorostumien
- Aikarelaatio
- Kaverit
- "Ei mulle voi käydä niin.."
- Nuorisokulttuuri
- Uusi joukko joka vuosi



Nuorten raskaudenehkäisy

- Seksuaalivalistus
- Ei-toivottujen raskauksien minimointi
- Kommunikaatio nuoren kanssa
- Salassapitovelvollisuus
- Perusterveydenhuollon merkitys
 - kouluterveydenhuolto
 - omalääkäri
 - ehkäisyneuvolat

Nuoren kohtaaminen

Kuuntele, luota
Kerro salassapitovelvollisuudesta
Älä moralisoi töppäyksistä
Neuvo ja ohjaa asiallisesti
Ole aikuismalli
Turvaseksi
Varjele vaaroilta

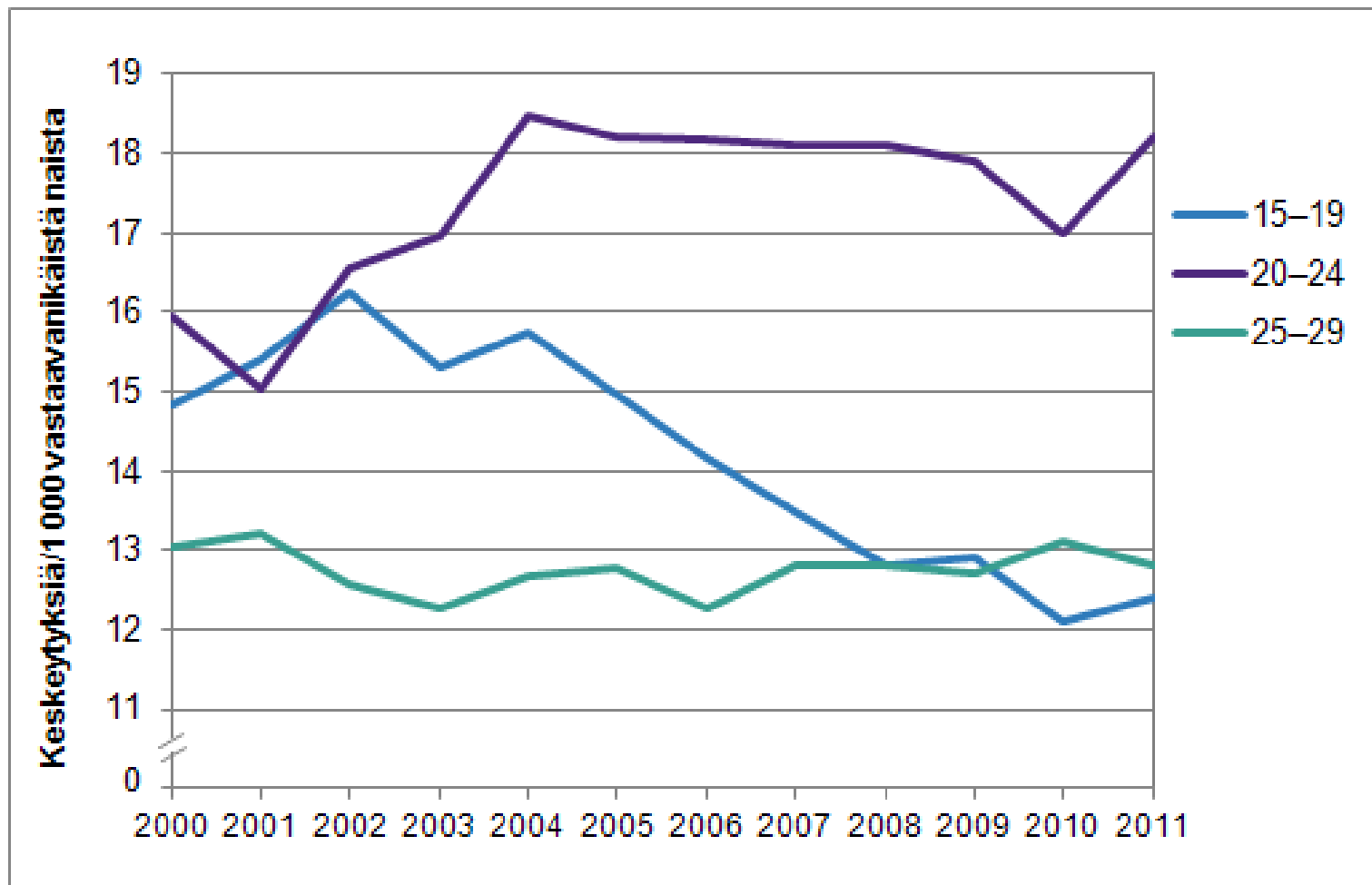


Aborttiasiaa

Teinien abortit pysyneet ennallaan
Nuoret aikuiset huolestuttavassa johdossa

Vantaalaiset luvut fluktuoivat
silti yritetään tsempata lisää

Aborttiluvut, alle 30-v



Raskauden keskeytys

- <12 raskausviikkoa, 12 -16 rv THL
- Alle 17-v ikäperusteinen
- 17-v kahden lääkärin lausunto
- Lääkkeellinen keskeytys, kotonakin osin
- Kaavinnat vähentyneet
- Jälkitarkastus: terveydenhoitaja
- Jatkoehkäisyyn turvaaminen

USAn aborteista

2007-2011: 9256 naista, 75% pitkäaikainen
ilmainen ehkäisy

Aborttiluvut laskivat 13,4- 17,0/1000 →
4,4- 7.5/1000

Maan keskiarvo 19,6/1000 fertiili-ikäistä

Raskauden ehkäisy

- Kondomi: hinta, oikea käyttö
- Hormonaaliset yhdistelmäehkäisyvalmisteet: tbl, rengas, laastari
- Progestiini: tbl, implantti, (ruiske)
- IUD: kupari, hormonikierukka
- Sterilisaatio

Erilaisia kondomeja



Hormonaalinen yhdistelmäehkäisy

- Kauppanimiä
- Edut: turvaavat hedelmällisyyden, ovariookasvaimia vähentävä
- Yl turvallisista (suku, tupakka, migreeni!)
- Vuotokontrolli, 2 laatan sykli
- Haitat: libido, trombit (harvinaisia)
- Miksi mättää? (parisuhde)

Progestiini

- Kauppanimiä ja niiden eroja
- Tbl, otetaan joka pv, sopii myös imettävälle
- Implantti, helppo, ei muistamista
- Vuotohäiriöt

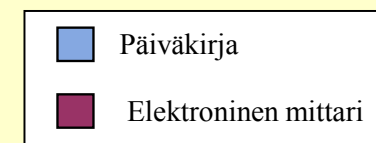
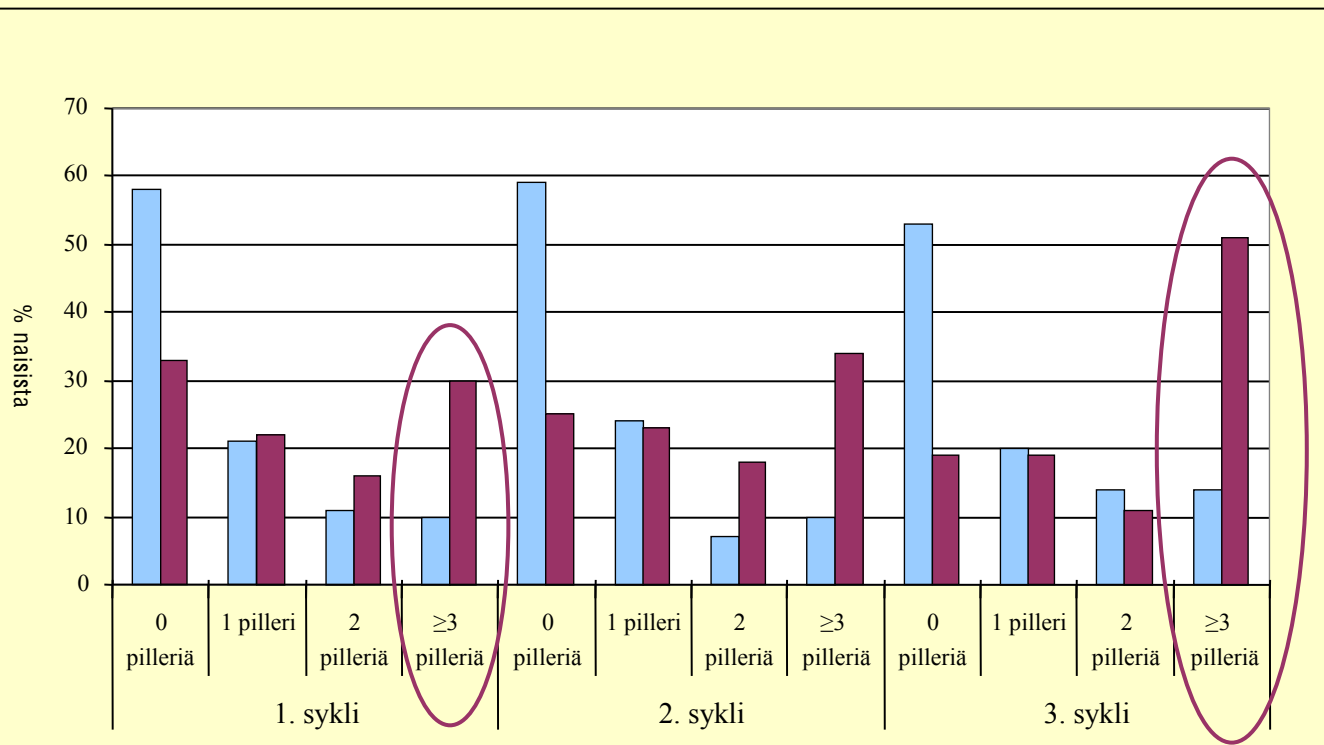
Kuinka usein nainen unohtaa ottaa pillerin

Pillerien unohdukset sykleittäin päiväkirjamerkintöjen sekä elektronisen mittarin mukaan

N=103

Tutkimuksen kesto 3 kk

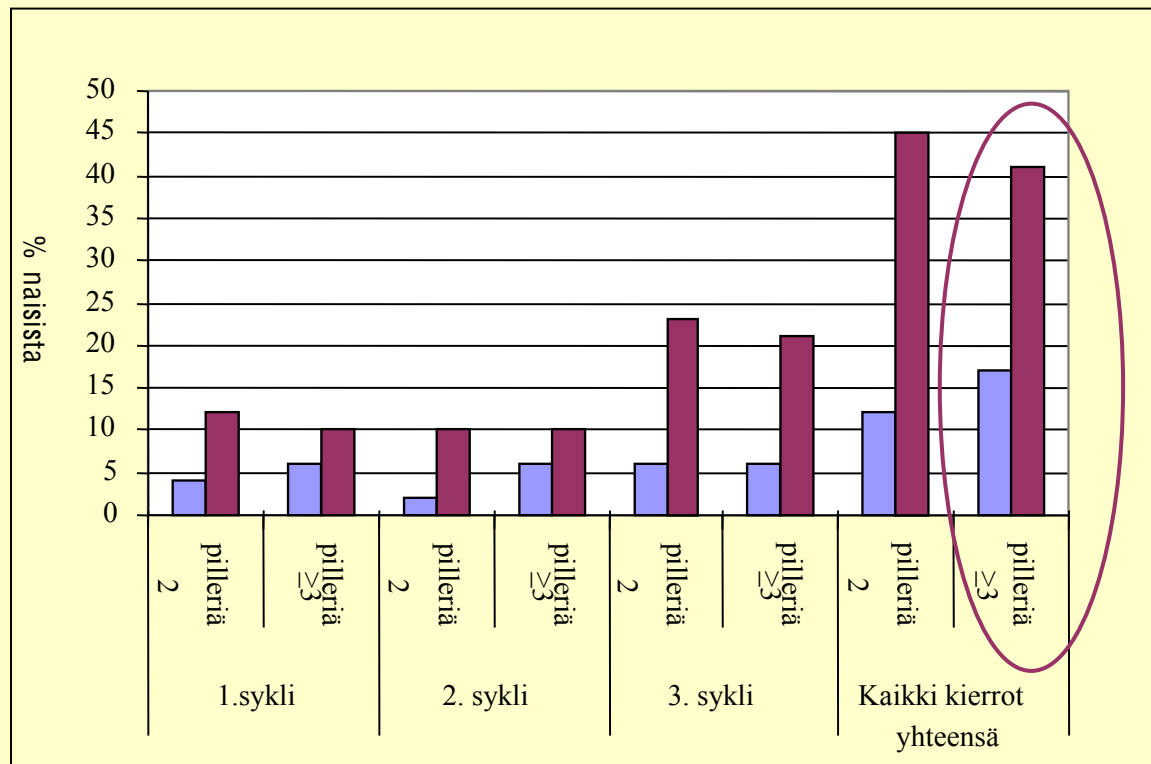
- 3. syklin aikana yli puolet naisista unohti ≥ 3 peräkkäistä pilleriä
- Koko tutkimuksen aikana vain 40 % naisten päiväkirjamerkinnöistä vastasi elektronista mittausta



Kuinka usein nainen unohtaa

ottaa pillerin peräkkäisinä päivinä

Pillerien unohtukset sykleittäin päiväkirjamerkintöjen sekä elektronisen mittarin mukaan



N=103

Tutkimuksen kesto 3 kk

- 1.-3. syklin aikana yli 40 % naisista unohti ≥ 3 peräkkäistä pilleriä
- Koko tutkimuksen aikana 40 % naisten päiväkirjamerkinnöistä vastasi elektronista mittausta

■ Päiväkirja
■ Elektroninen mittari

Kierukat

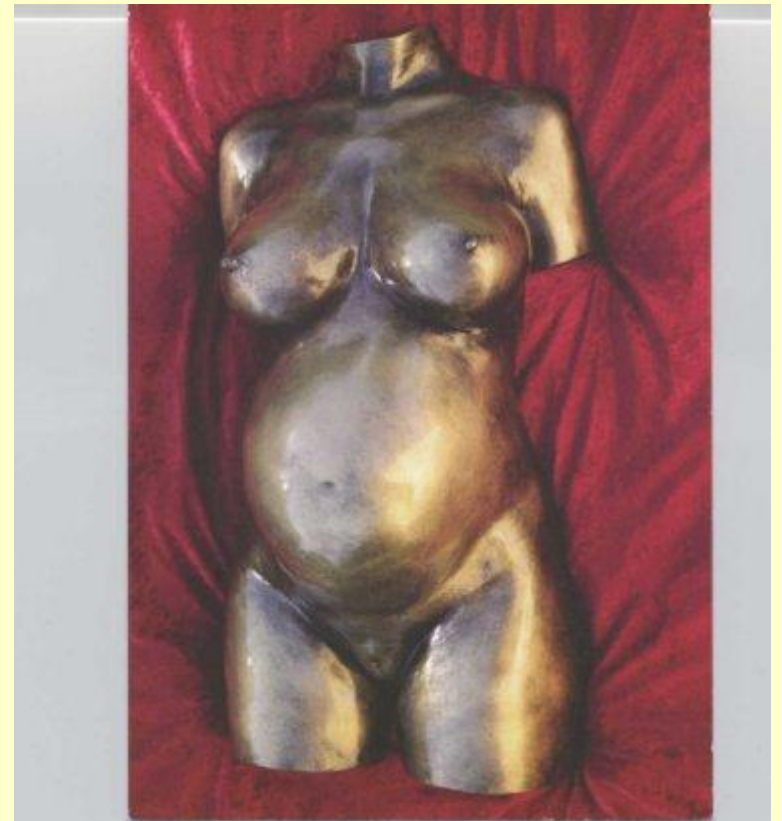
- Nova T/ Flexi-T: edut - haitat
- Hormonikierukka:
 - tehokkain
 - turvallisin
 - parempi kuin sterilisaatio
 - suomalainen innovaatio

Jälkiehkäisy

- Apteekista ilman reseptiä
- Käyttö lisääntyi
- Hyvä asia
- Aikaraja
- Vain kerran yhden syklin aikana
- Ohjaa tehokkaamman ehkäisyn pariin
- Muista ulipristaali: 5 vrk (rec)

Äitiysneuvola-asiaa

- Muuttuva kehonkuva
- Pelko keskenmenosta
- Supistelijat
- Milloin kieltää
- Erilaisia pareja
- Jälkitarkastus
- Partnerin huomioiminen



Ylva Maria Thompson

Halukkuus synnytyksen jälkeen

Miesten halukkuus
Naisten halukkuus

Väestöliitto / Minna Reinholm
Kupeitten kuuma vai kadonnut kaipaus?

Turhat erot
Neuvolatyöntekijän velvollisuus

Mielialaongelmat synnytyksen jälkeen

Masennusta ei ainoastaan naisilla,
vaan myös miehillä
Miesten vaikeus puhua tunteistaan

Väestöliitto / Juha Jämsä ja Susa Kallioma
Isyyden kielletyt tunteet
20 % seksielämä jatkuu ennallaan

Lapsi/lapset välissä

Uupumus, väsymys

Imetys

Mustasukkaisuus, vihamielisyys

Pettymys, kielteiset tunteet

Lapsi samassa sängyssä

Sairastelevat lapset

Masturbointi

Vanhojen traumojen aktivoituminen

Sairaudet ja seksi



Sairaudet ja seksi

- DM
- Ateroskleroosi, sydänsairaudet
- Gynekologiset viat
- Rintasyöpä, prostatasyöpä
- Surut, menetykset, mielialaongelmat
- Krooniset kivut, säryt
- Hoidot: operaatiot, sytostaatit, sädehoidot, avanteet
- Vaikeat yleissairaudet
- HIV

Diabetes mellitus

- I-tyypin DM miehet
- Naiset?
- Neuropatia
- Microangiopatia
- Motivoi hoitoon
- Kysy erektiosta

Hypertonia

Hoitamaton hypertonia: 19% EH

Valtimotauti

Lääkkeet:

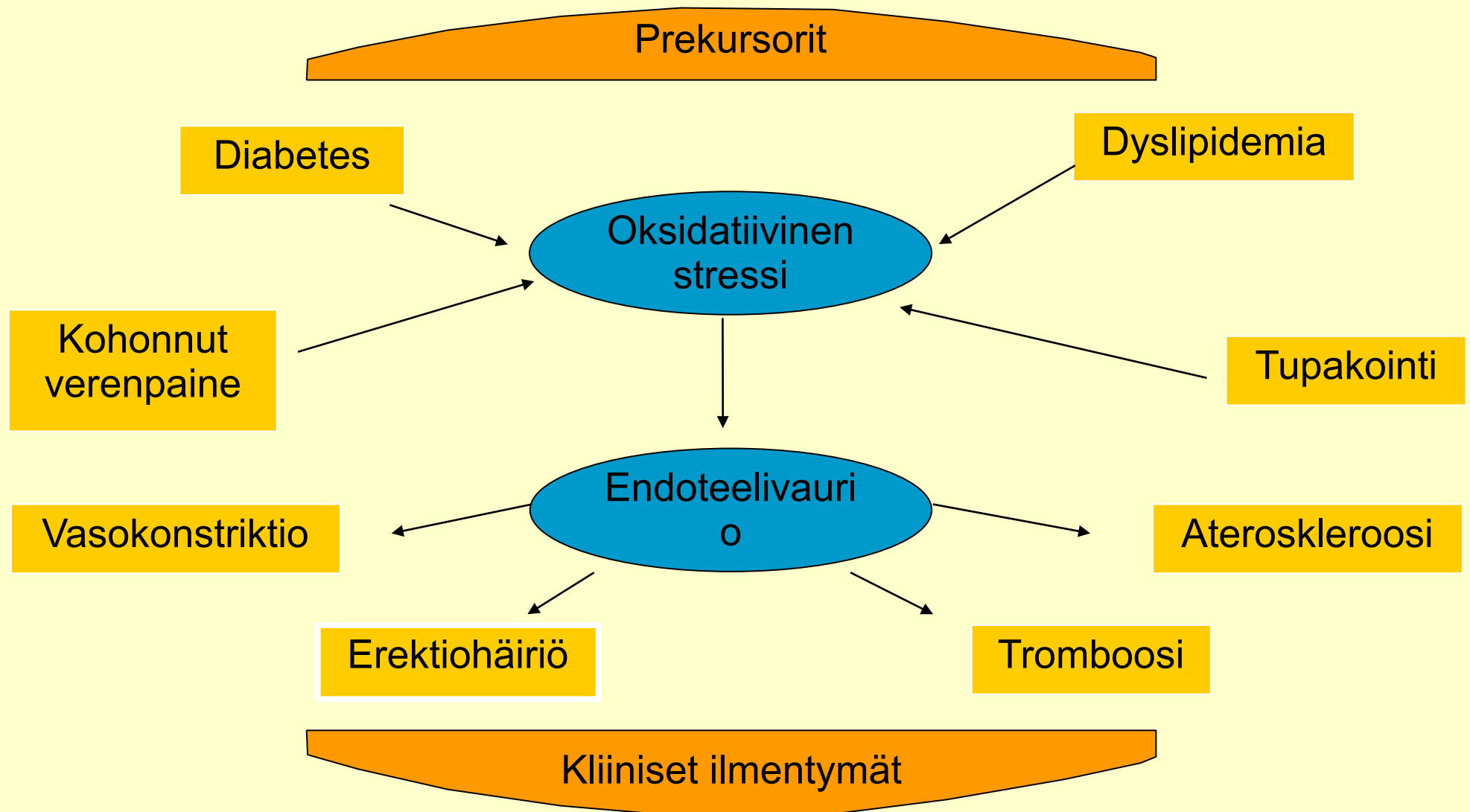
b-salpaaja, diureetit

kalkkisalpaajat

ACE-estäjät

Sartaanit

Kardiovaskulaarisia riskejä ja niiden kliinisiä ilmentymiä: yhteys erektiohäiriöön



Dzau VJ, et al. *Am J Cardiol.* 1997;80:331-391.

NIH Consensus Development Panel on Impotence. *JAMA.* 1993;270:83-90.

Sepelvaltimotauti

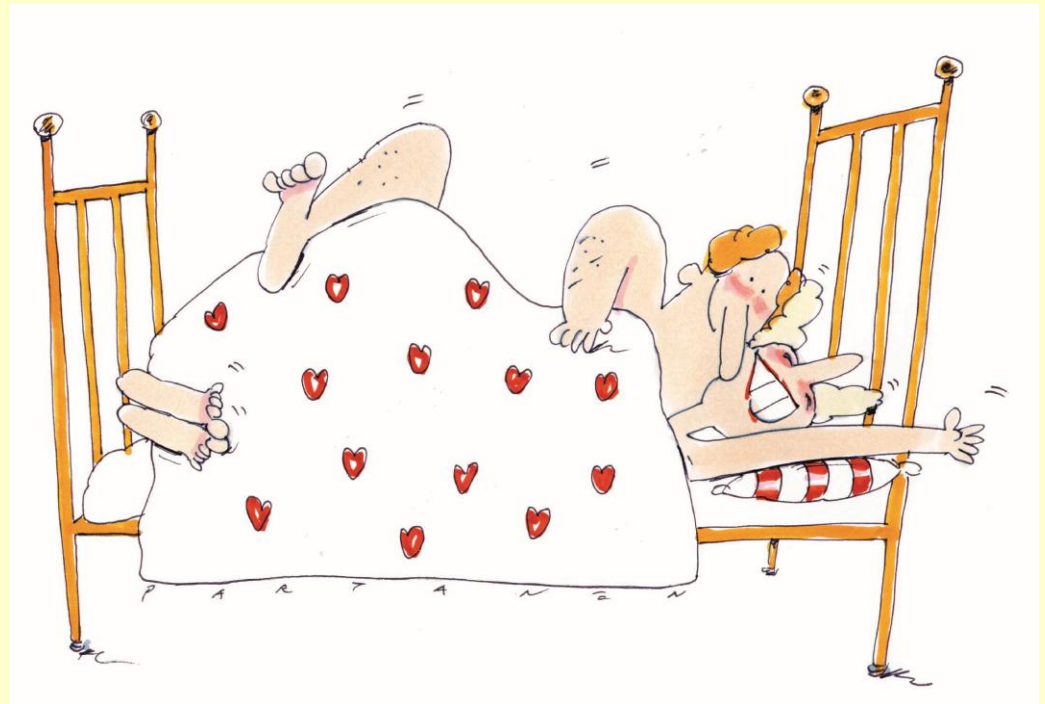
Lääkkeet, kuten RR
EH tulee n 4 v ennen sydäriä!
Rakastelun asennot
Nitro ennen aktia

Seksuaalinen aktiivisuus ja kariovaskulaarinen riski



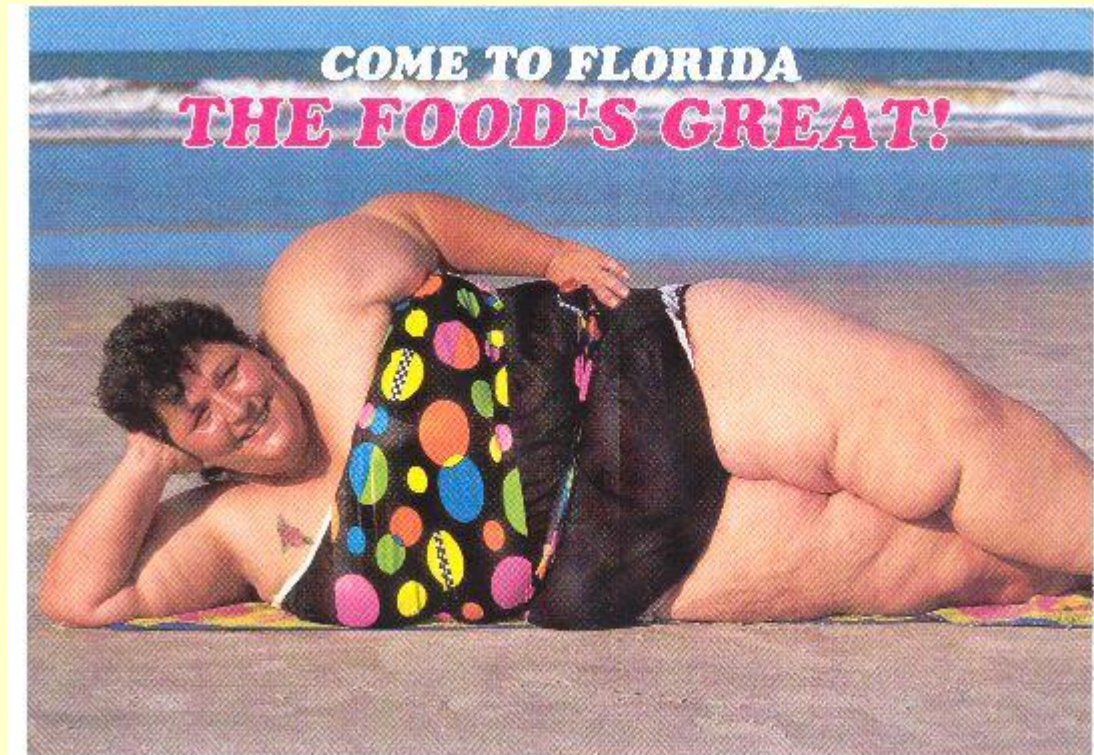
Yhdyntäasennot

Kivuton
Tyynyt, peitot,
pehmukkeet
Alle, takaa vaiko
kyljittäin?



MBO

- Ylipaino
- Hypertonia
- Diabetes



Tules-kivut

- Reuma
- Iskias
- Nivelrikko
- Tapaturmat
- Vahvat kipulääkkeet
- Pelko kivusta, välttäminen

Keuhkosairaudet

- Astma: allergia, rasitusastma
- Parfyymit, partavedet
- Keuhkohtaumatauti
- Lääkkeet harvoin syynä seks ongelmaan

Rintasyöpä

- Tavallinen tauti
- Rinnan poiston merkitys naiselle
- Entä hänen kumppanilleen?
- Segmenttiresektio

Prostatahyperplasia

Alfutsosiini
Tamsulosiini
Finasteridi

Prostataasyöpä

- Totaali prostatektomia
- Säästävä leikkaus
- Erektiohäiriön ennakoiminen

Neurologiset sairaudet

- Neuropatiat
- Multippeli Skleroosi
- Epilepsia
- SAV
- Selkädintraumat
- AVH jälkitila
- Dementiat

PSYYKENLÄÄKKEET

- Hoidon aikana 30-50% kuvaa haittavaikutuksia lääkkeistä
- Halukkuus vähentynyt
- Erektiohäiriöt
- Ejakulaatiohäiriöt
- Lubrikaatio-ongelmat
- Orgasmiongelmat

Psyykenlääk, jatk

- Neuroleptit: EH, ejak, libido
- Tratsodoni: priapismi
- Sulpiridi: EH (prl)
- Litium: EH
- Trisykliset: EH, ejak, orgasmi
- MAO-estäjät: EH, orgasmi

Psyykenlääkkeet, jatk

- SSRI: ejak, EH, orgasmi,
- SNRI: ejak, EH, orgasmi
- Diatsepaami + johdannaiset
- Unilääkkeet
- Risperidoni: prl
- Uudet antipsykootit

Vaikeat sairaudet

Seksi väistyy
Tai sitten ei
Tai korostuu

Vammaisryhmistä

Seksiongelmät samoja kuin terveillä, mutta vamma saattaa vaikeuttaa seksielämän toteutumista

Ruumiillinen vamma
Kehitysvammaiset

SEKSUAALITOIMINTOIHIN VAIKUTTAVIA LÄÄKKEITÄ

- Mikä tahansa lääke, tai ainakin melkein!

EREKTIOHÄIRIÖT

hypertoniaalilääkkeet

beetasalpaajat

diureetit

kalkkisalpaajat

ACE-estäjät

sartaanit??

Lääkkeet, jatk

- SYDÄNLÄÄKKEET
 - ks hypertonialääkkeet
 - Digoksiini
- ANTIKOLINERGIT
- MAHALÄÄKKEET
 - Metoklopramidi
 - H₂-salpaajat

Lääkkeet jatk

- Prostatalääkkeet
- Statiinit??
- Sienilääkkeet??
- Syöpälääkkeet
- Suurin merkitys psykiatrisilla lääkityksillä

Lääkkeet jatk

- HORMONIT

- Testosteroni
- E-pillerit
- Estrogeenit
- Kilpirauhaslääkkeet
- Antiandrogeenit
- Prolaktiini-inhibittorit
- Anaboliset steroidit

ANABOLISET STEROIDIT

- Hankitaan laittomia teitä
- Kestostondis
- Lapsettomuusongelmat
- Hypogonadismi
- Erektiohäiriöt
- Minäkuvan vaikea häiriö, bodarit



Naiskauheutta



maury

JESSICA, 5, 230 LBS.
FORMER GUEST; WEIGHS MORE THAN
5 TIMES THE AVERAGE 5 YEAR OLD!

Lääkkeet, jatk

- Epilepsialääkkeet
 - Erektiohäiriöt
 - Ejakulaatiohäiriöt
 - Libido-ongelmat

Päihteet ja seksi

Tupakka

Alkoholi

Huumeet

Tupakka

Heikentää erektiota
Hermomyrkky

Alkoholi

- Paljon käytetty stimulantti
- Tärkeä tapaamisissa
- Madaltaa kynnystä seks toimintoihin
- Voi aiheuttaa dysfunktioita
- Seks riskit: seksitaudit, raskaus

Alkoholi jatk

- Pienenä annoksena stimulantti
- Isoina annoksina heikentää
- CNS: orgasmin inhibiittori
- Liikakäyttö haittaa voimakkaasti

Alkoholin haitat

Maksatoksinen

Miehet: testosteroni laskee
estrog lisääntyy

Naiset: testosteroni lisääntyy
kuukautishäiriöt

Amfetamiini

- Väsymys katoaa - psykostimulantti
- Seksuaalinen halu ja jännitys lisääntyy
- Dysfunktioita pitkäaikaisen käytön seurauksena

Cannabis

Pieni kerta-annos lisää mielihyvää,
herkkyyttä ja eroottisia tunteita

Annoksen kasvaessa väsyttävyyys ja seks
toimintojen väheneminen

(Kroonisessa kivussa hyvä lääke)

Kokaiini

- Pieni annos herkistää (priapismin vaara)
- Iso latistaa, EH
- Kr käyttö vie halut ja tuo orgasmivaikeudet

Opiaatit

Voimakkaasti addiktoivia aineita
Kr käyttö tekee hypogonadismia
(myös metadoni)

Ekstaasi

- Euforisoiva
- 90% lisääntyvä seks halu
- 40% miehistä saa EH
- 80-90% epämiellyttäviä jälkitunteita
- Tuhoaa aivoja

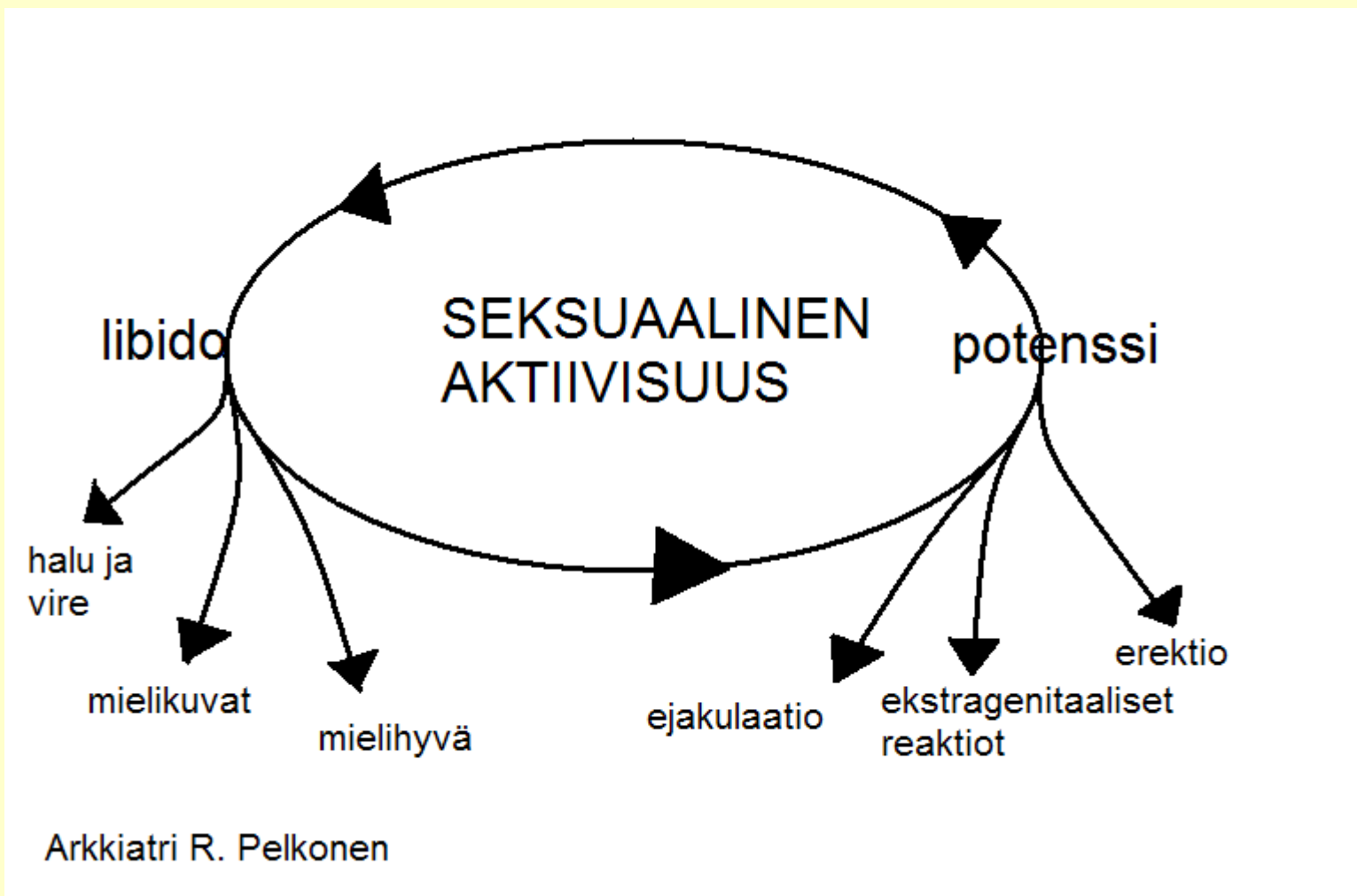
Gamma ja lakka

- gammahydroksibutyraatti eli gamma
- gamma-butyrolaktoni eli lakka
 - lakka on gamman esiaste, 5x
- lisää sensitiviteettiä
- alkoholin kanssa hengenvaara

Miehiset häiriöt



MIEHEN SEKSUAALISUUS



Tavalliset miesten ongelmat

- Erektiohäiriöt: psykogeeninen, orgaaninen
- Ejaculatio praecox
- Ejaculatio tarda
- Retrograadinen ejakulaatio

Herkkä siemensyöksy

Tavallinen, 15-30%

Useimmat miehet kokevat joskus, 70%

Haittaako kumppania?

Puristustekniikka

Puudute

SSRI

PDE5-estäjä

Ejaculatio tarda

- Viivästynyt, hidas
- Orgasmivaikeus
- Pelot
- Rungas masturbointi?
- Lääkkeet syynä usein
- Hoito: normalisointi, terapia, amantadiini

Retrograadinen ejakulaatio

- Sperma menee virtsarakkoon
- Orgasmi tulee
- Joskus syy lapsettomuuteen
- Prostataoperaatiot syynä usein
- Autonominen neuropatia
- Lääkkeet aiheuttajina

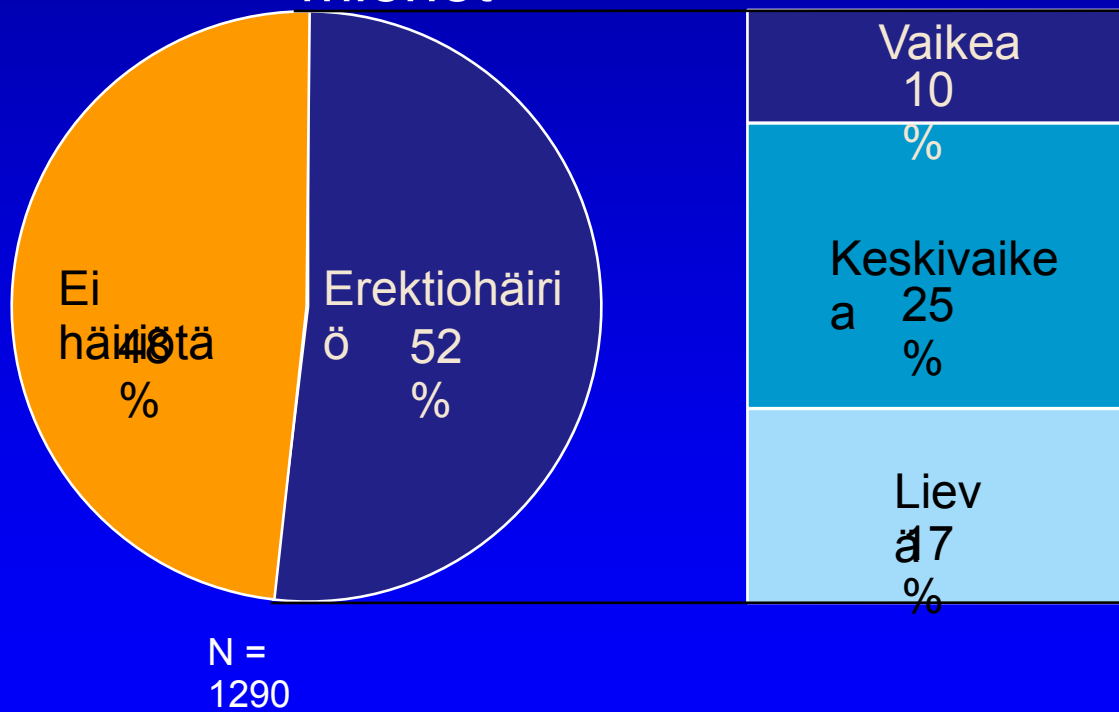
Erektiohäiriön määritelmä

Erektiohäiriö määritellään kyvyttömyydeksi saavuttaa ja/tai ylläpitää tyydyttävään seksuaaliseen kanssakäymiseen riittävä erektio

Erektiohäiriön esiintyvyys

Massachusetts Male Aging Study

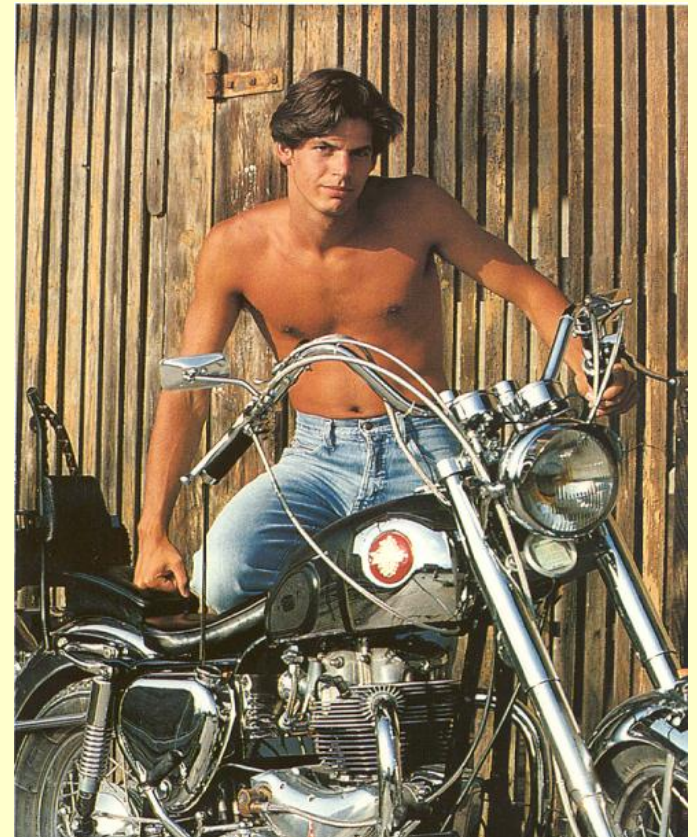
40-70 –vuotiaat
miehet



Feldman H A, et al J Urol. 1994; 151: 54-61.

Psykogeeninen erektiohäiriö

- Nuoren miehen erityisongelma
- Suhteeseen liittyvä
- Parisuhteen ulkopuolinen
- Leskimiehen syndroma



Miehininen anamneesi

- Alkamisajankohta
- Kenen kanssa
- Yö- ja aamuerektiot
- Tumesenssi - rigiditeetti
- Sairaudet
- Päihteet

Erektiohäiriöiden syitä

- Ikä
- Organiset syyt
 - kongenitaalinen
 - trauma
 - operaation seuraukset
- Diabetes
 - neuropatia, angiopatia

EH syitä jatkuu

- Neurogeeeniset
 - neurologiset sairaudet
 - selkäydinvauriot
 - alkoholin aiheuttama neuropatia
- Vaskulaariset
 - ateroskleroosi
 - laskimovuoto

EH syitä jatk

- Endokriiniset
 - testosteroni, huom libido!
 - prolaktiini
 - tyroksiini
- Sydän- ja verisuonisairaudet
- Psyykkiset sairaudet
- Vaikeat yleissairaudet
- Päihteet

EH ja tutkimukset

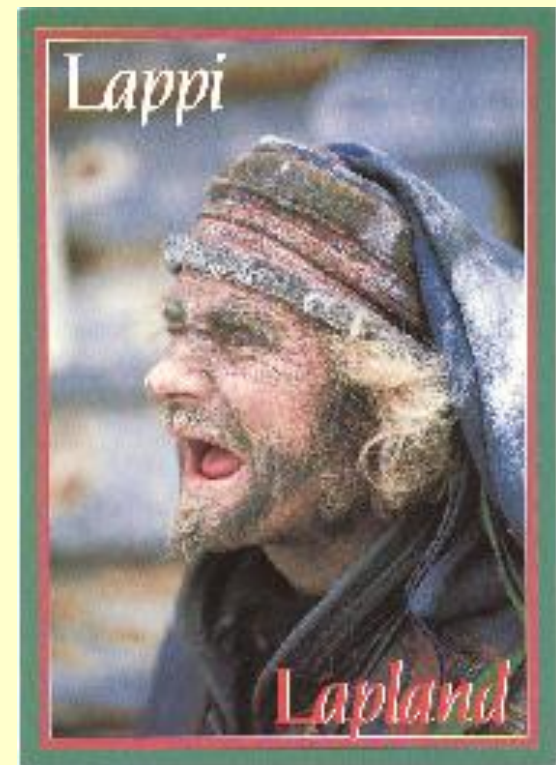
- Status: YT, RR, sydän, valtimot
karvoitus, rinnat
genitaalit, prostata
- Lab: CRP, PVK, PLV,
fp-gluc, fs-kol, LDL, HDL
s-testo, s-testo-v
s-PSA
s-ALAT, s-GT, s-krea
s-TSH, s-prl

Erektiohäiriön hoito

- Etiologian mukainen: perussairauden hyvä hoito
- Psykogeeninen / orgaaninen: löydä nuoret miehet!
- Seksuaalineuvonta
- Seksuaaliterapia
- EH hoito medikalisoitunut: hyvä asia
- Edellyttää valmiuksia

EH lääkehoito

- Testosteroni vain vajaatoiminnassa
- Sildenafil. p.o.
- Tadalafil, p.o.
- Vardenafiili, p.o.
- Alprostadili, i.u., i.c.



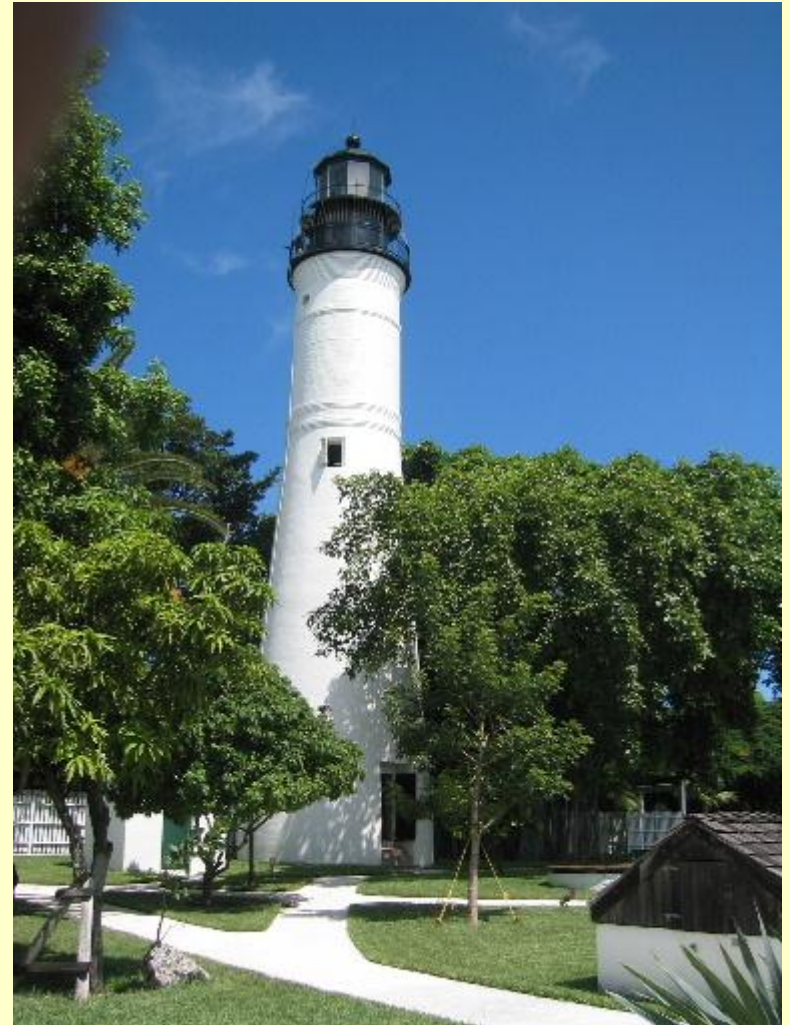
Erektiovarmuus

Ei suorituspelkoa
Riittävä erektio
Medikalisaatio on hyvä
asia
Muista nitraatit!!



Invasiiviset hoidot

- Verisuonikirurgia
- Penisproteesit



Seksikaupan tuotteet

- Tukirenkaat
- Tukikondomit
- Vakuumihoito

- Kiihokkeet
- Paljon humpuukia (lue: plaseboa)

MONIVIMMAISUUS
NAISELLINEN SELVIYTYMISKEINO



KUUKAUTISIA EDELTÄVINÄ PÄIVINÄ
SAATAT TUNTEA ITSESI HIVENEN
VÄSYNEEKSI JA ÄRTYISÄKSI.



Naisen elämää

- Kuukautiskierron vaikutus seksuaalisuuteen
- Ovulaatio
- Orgasmin oksitosiini lisää sperman passiivista transporttia
- PMS

Naisten ongelmia

- Seksuaalinen kipu
- Kiihottumishäiriöt
- Orgasmihäiriöt
- Seksuaalisen halun häiriöt

Seksuaalinen kipu

- Ikä: nuori-menopausaalinen , vastasyntyttännyt
- Kumppani, epäsuhta, asennot
- Pinnallinen kipu
- Syvä kipu
- Lantion lihaksisto
- Virtsaongelma

Pinnallinen kipu

- Nirhauma, haavauma
- Ekseema
- Hiiva
- Kondyloma
- Lichen
- Atrofia

jatk....

- NSV
- Herpes
- Epparin jt
- Tiukka hymen
- Puoskarin jäljet : silpominen
- Vulvodynia

Vaginaaliset syyt

- Candida
- NSV, bakteerivaginoosi
- Muut pöpöt
- Estrogeenin puute
- Vaginan väliseinä
- Vaginismi

Syvät syyt

- Cervisiitti
- Klamydia, HPV
- Metriitti
- PID
- Endometrioosi
- Ovariaalituumorit
- Operaation jt, kiinnikkeet

Ekstragenitaaliset syyt

- Komprimoivat kasvaimet
- Lantion lihaksisto
- Suolistotulehdukset
- Rakkotulehdukset
- Ulkoiset traumat
- Pelot (raskaus, seksitaudit)

Seksuaalinen kipu, jatk

- Psyykkinen trauma
 - seksuaalinen riisto
 - inesti
 - raiskaus

Vaginismi

- Primääri
 - Iatrogeeninen
 - Mixed
-
- Hoito: sormiharjoitukset

Vulvodynia

- Etiologia tuntematon
- Diagnoosi: anamneesi, inspektio, lokaali kipu
- Hoito
 - limakalvon hoito, ei kortisonia
 - selibaatti, syyllisyyden purkaminen
 - 1 % isosorbididinitraatti vaseliinipohjassa
 - 2-4 % gabapentiini perusvoidepohjassa
- Prognoosi: kestää kauan, yl katoaa
- W.Gianotten

Libido ja operaatiot

- Vulvacarcinoma
- Cervixoperaatio
- Myomien jälkeen
- Endometrioosia etsitty
- Hysterektomia
- Ovariotkin viety

Orgasmin määritelmä

- Kontrolli
- Kontrollin luovuttaminen
- Kumppaniin turvaaminen
 - Aivojen alasajo
 - Uskalla!

Suomalaisen naisen orgasmiherkkyys

- 2/3 melko säännöllisesti
- 1/3 vaikeuksia
- 1/20 ei saa orgasmia

- Elina Haavio-Mannila, Osmo Kontula

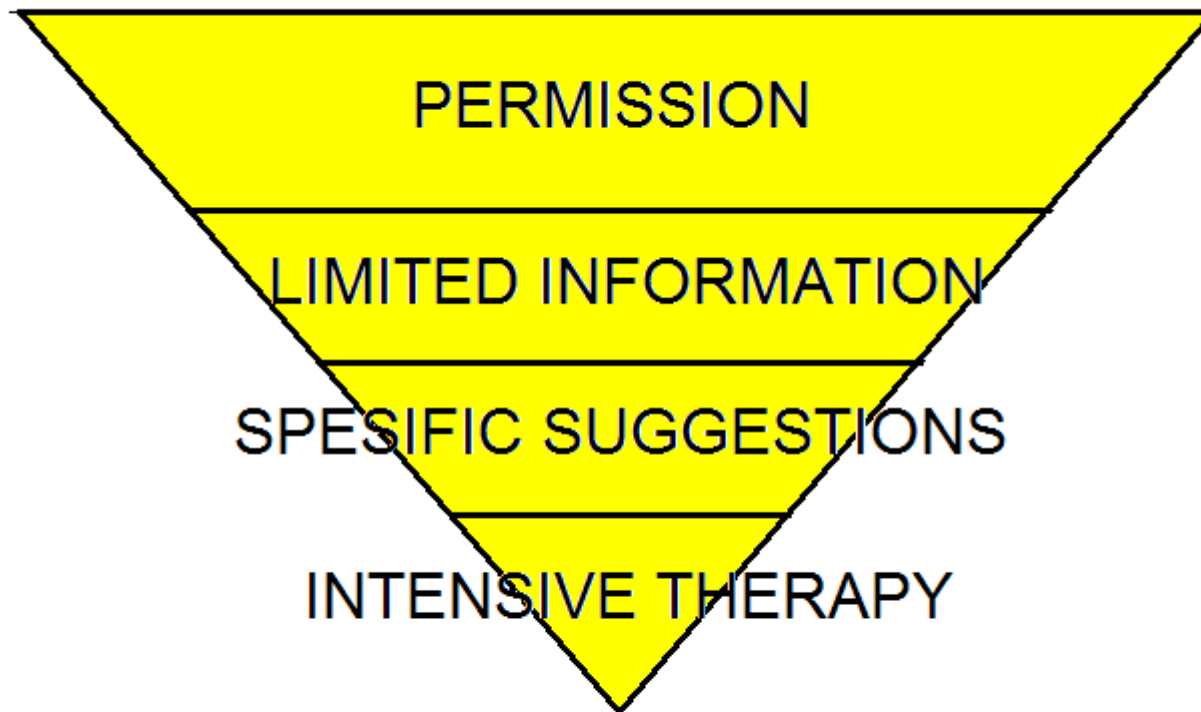


TEUVO EI VIELÄKÄÄN TAJUNNUT LIISAN SANOJEN IVALLISTA LUONNETTA

Orgasmivaikeuksien syitä

- Tiukka / ahdasmielinen kotikasvatus
 - Ylihygieeninen siisteyskasvatus
 - Turvallisen kumppanin puute
 - Muut seksiongelmat
-
- Varsinainen orgasmihäiriö
 - Hoito: Lo Piccolo, opetus orgasmiin

PLISSIT



Seksuaalineuvonta

Perusterveydenhuolto

Työterveyshuolto

Luvan antaminen

Anatomia ja fysiologia

Pelkojen lieventäminen

Ongelmakohtien miettiminen

Jatkohoitoon ohjaaminen

Seksuaaliterapia

Seksuaalianamneesi
Ongelman määrittäminen

Kognitiivinen lyhytterapia
Vakaa parisuhde

Tunteet
Positiivinen asenne

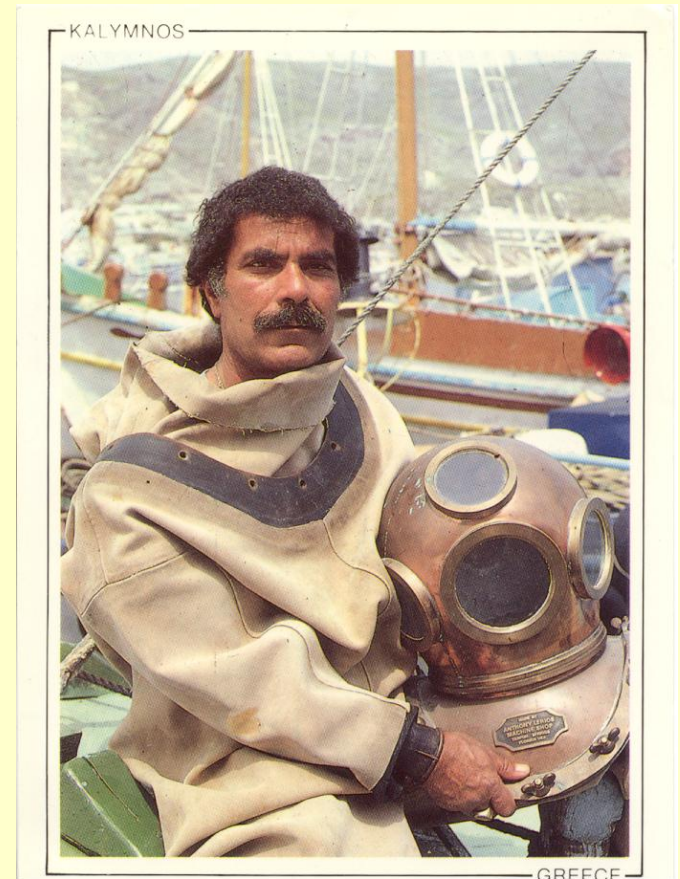
Seksuaalisuuden kohtaaminen potilastyössä

- Tavallisia asioita
- Heitä täkyjä
- Puhuttu kieli
- Potilaan kuvitelmat
- Oikeus omaan tyyliin
- Mieti sopivia lauseita

Työntekijän oikeudet

- Oma seksuaalisuus
- Oma intymiteettisuoja

- Pidä omat turvarajat



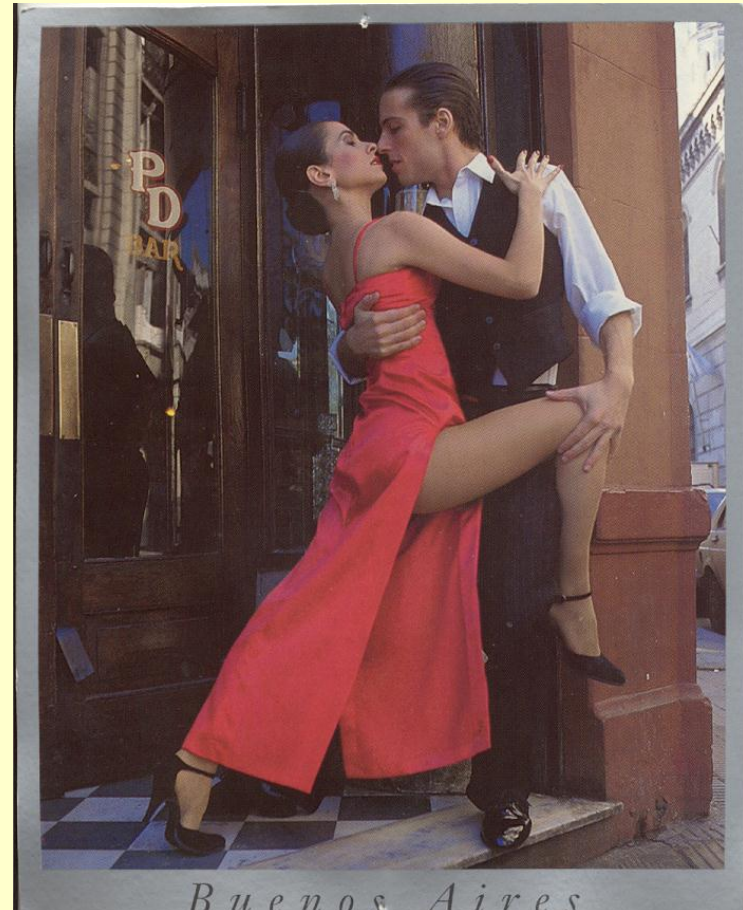
Työntekijän velvollisuudet

- Kuuntele
- Helpota potilaan kertomista
- Älä kauhistele
- Kehitä taitojasi
- Opasta/ohjaa
- Kirjaa epämiellyttävät lähentelyt

Suomen Seksologinen Seura

www.seksologinenseura.fi

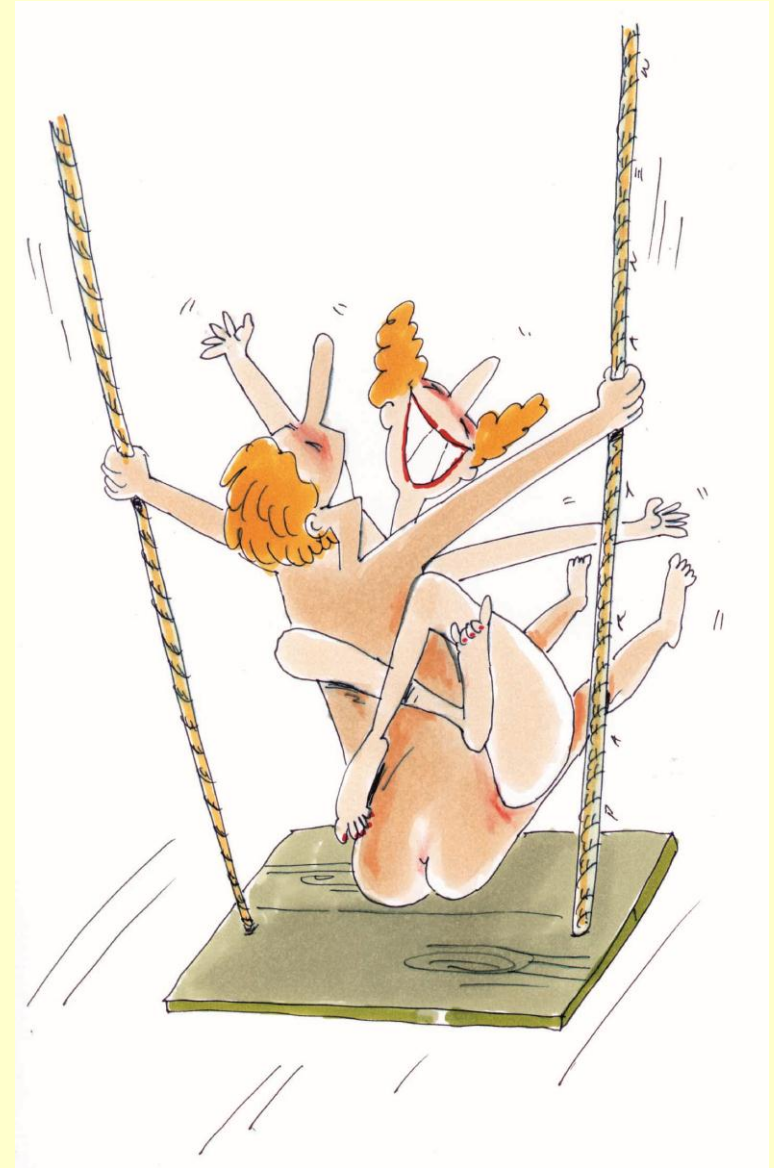
Moniammatillinen
Seksuaalineuvoja
Seksuaaliterapeutteja
Seksologeja
Tutkijoita



Rakastelemisen ilo

Seksuaalisuus on meille
kaikille tärkeää.

Helpota potilaasi elämää
ottamalla
seksiasiat aktiivisesti
puheeksi!





Together Forever

Kiitos!