

# Livet etter gynekologisk kreft

Randi Gjessing, spesialist i sexologisk rådgiving NACS, kreftsykepleier  
Urologisk avdeling, Ahus.



# «Et reddet liv skal leves»

Tove Nakken, brukerutvalget OUS

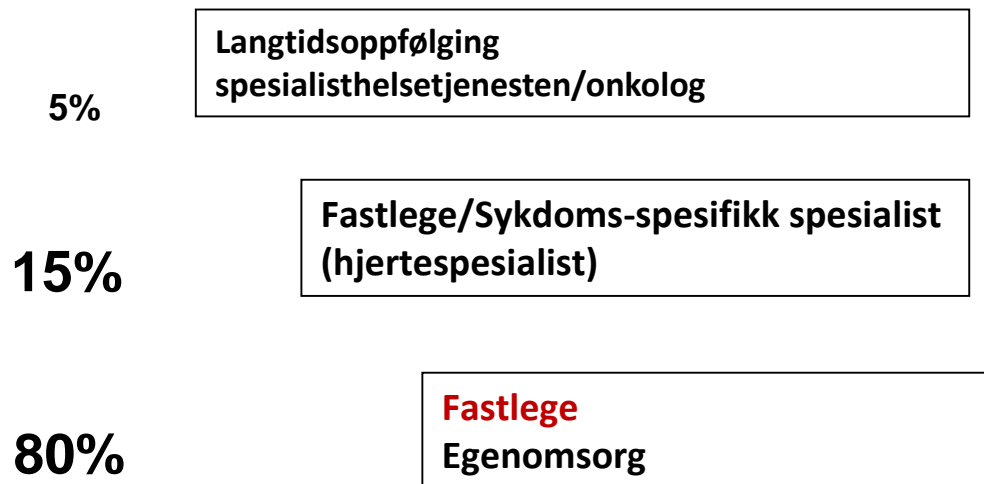
## Gynkreftbehandling

- Kirurgi
- Kjemoterapi
- Strålebehandling
- Hormonbehandling
- Immunterapi

## Definisjoner av seneffekter:

- **Bivirkning av kreftbehandlingen som varer mer enn et år etter avsluttet behandling («late effects»)**  
og/eller
- **Nytt helseproblem - oppstår etter avsluttet behandling og kan tilskrives kreftsykdommen / behandlingen («long-term effects»)**
  - Ikke feilbehandling – seneffekter av dagens behandling ukjent
- **Skiller ikke på norsk – seneffekter**

## Klinisk tilbud seneffekter (UK modell)



**Poliklinikk/regionalt senter for seneffekter i hver helseregion/HSØ, HMidt**

Samarbeid fastlege/onkolog/kirurg

Skriftlig individuell oppfølgingsplan

<https://oslo-universitetssykehus.no/avdelinger/kreftklinikken/avdeling-for-kreftbehandling/seksjon-for-seneffekter#les-mer-om-seksjon-for-seneffekter-og-poliklinikk-for-seneffekter>

Nasjonal kompetansetjeneste for seneffekter etter kreftbehandling

# **Seneffekter ved gynekologisk kreft som i stor grad påvirker hverdagen og livskvalitet**

# Fatigue

**Fysisk**: mangel på energi, sliten..

- Ikke knyttet til aktivitet – oppleves i hvile
- Å bli fort sliten = økt trøttbarhet - noe annet

**Mental**: *subjektiv* kognitiv svikt (glemsk, konsentrasjons problemer, forsnakkelse..)

- Akutt
- Kronisk (mer enn 6 mnd)



# Kreftrelatert fatigue - ingen diagnose

Selv om bruker engelsk ord = fatigue

Foreslått som ICD-10 diagnose – ikke akseptert

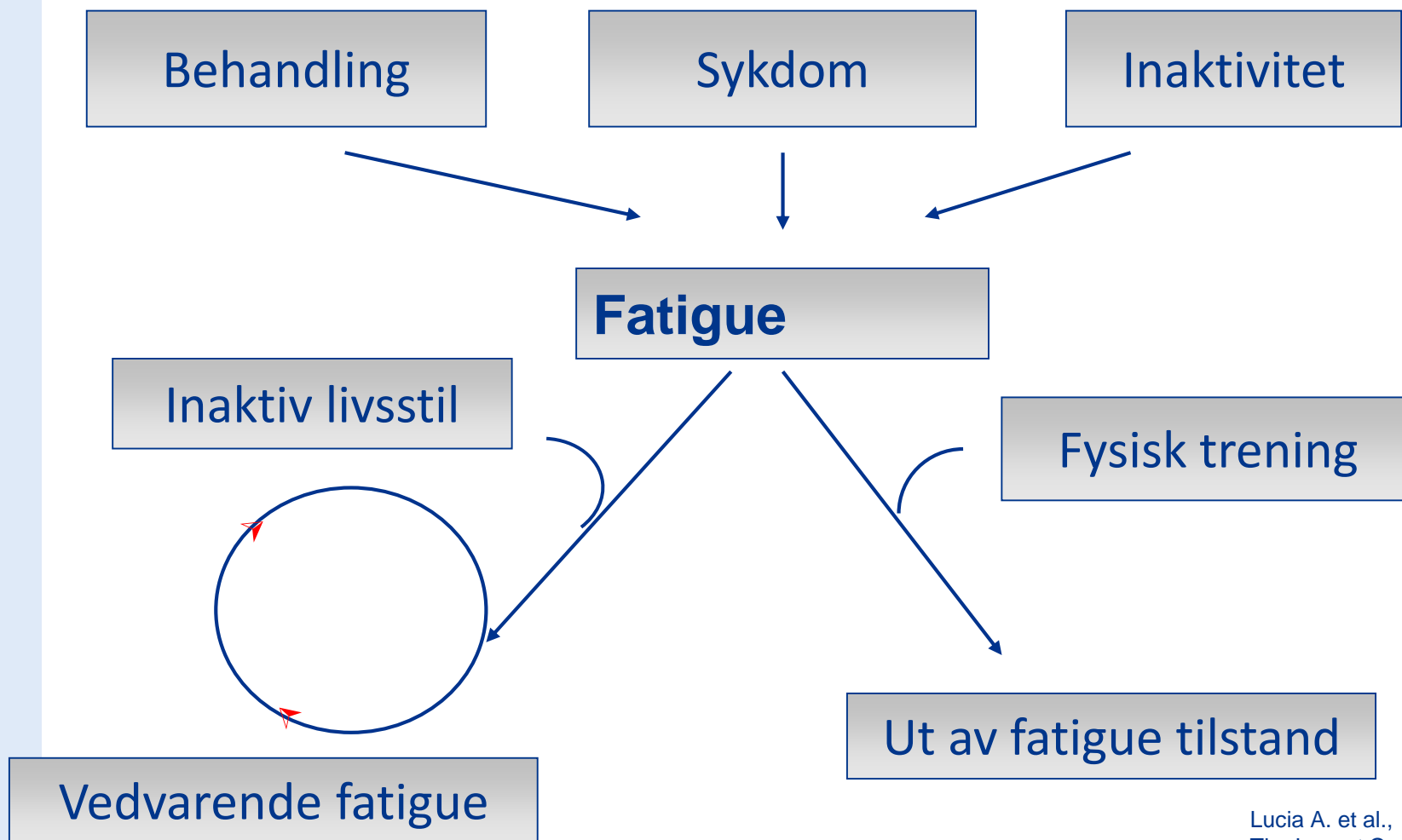
F48.0 Neurasteni – den diagnosen som dekker - intetsigende

# Utfordringer

- Fatigue synes ofte ikke ”utenpå”
- Kan lett forveksles med depresjon
- Pasientene er ofte lite forberedt

- Fatigue er ikke en mystisk sykdom, men en velkjent senvirkning etter kreft og kreftbehandling
- Ingen mirakelkurer, kosttilskudd og lignende har påvist effekt
- Lev sunt! Følg generelle råd
- Lær av egne erfaringer og bruk dem, planlegg dagene.
- AKSEPT, «sånn er det nå!»

# Fatigue, fysisk trening og kreft



Lucia A. et al.,  
The Lancet Oncology, 2003

## Stråleskadet blære og tarm

- Hyppig vannlatning eller ikke kontroll
- Smerter
- Cystitt
- Diare
- Avføringslekkasje

Hyperbar oksygenbehandling?  
Stomi?

# Hormonelle seneffekter (kirurgi, stråling, kjemoterapi, hormonbehandling)

- Infertilitet
- Overgangsalder
- Fatigue
- Seksuelle dysfunksjoner

# Konsekvenser for seksualfunksjonen

- Smerter ved samleie (Strålebehandling, østrogentap, trang skjede)
- Sammenvoksninger (obs bruk av dilatator)
- Manglende lyst.
- Endret selvilde
- **FATIGUE!**

# Østrogen mangel

- Hetetokter
- Nattesvette
- Dårlig søvn
- Hjertebank
- Smerter muskler/ledd
- Slimhinner
- Humørsvingninger



## Testosterontap/fall

- Mindre overskudd og energi
- Tap av sex lyst
- Mindre seksuell interesse, seksuelle drømmer

Pasientene «kjenner ikke seg selv igjen»

## Hvem bør få hormoner?

- Kvinner før overgangsalder
- Ikke hatt livmor- eller brystkreft
- Behandles til "normal" overgangsalder
- Gestagen til kvinner med livmor, testosteron ved behov

## Om pasienten ikke kan bruke østrogen

- Replens
- Repadina



## Silikonbaserte glidemidler



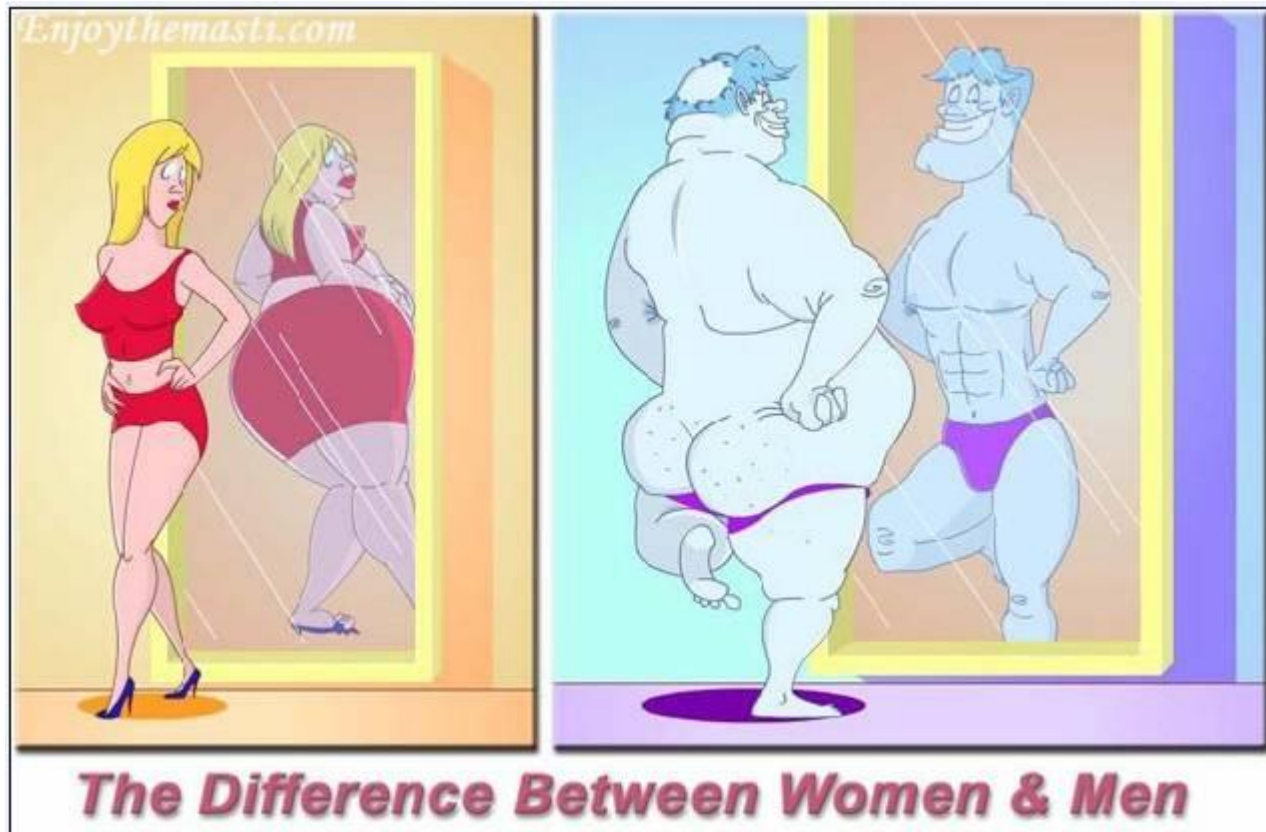
## Dilatator, Vagiwell



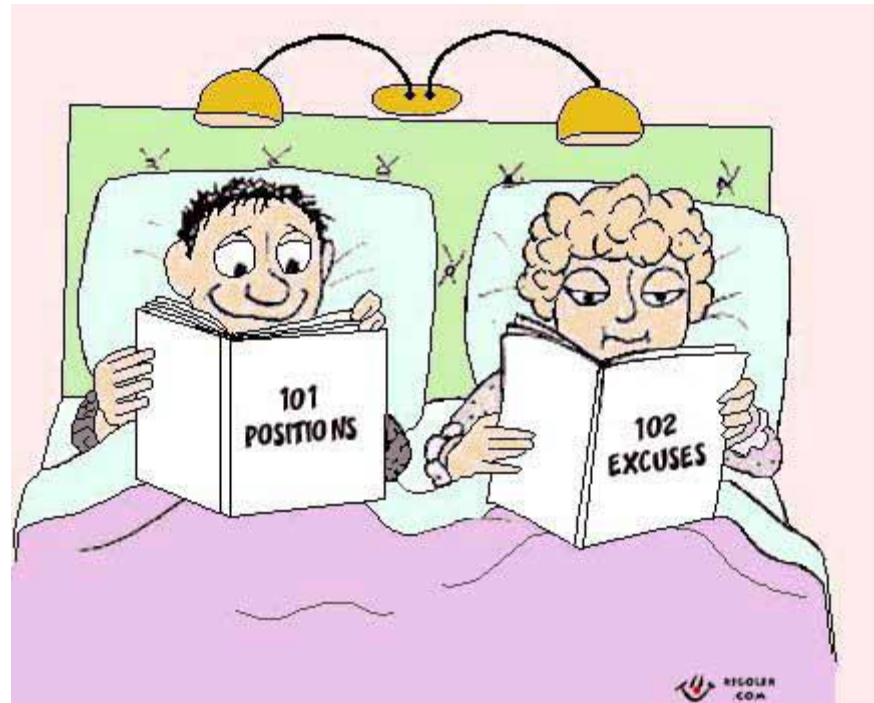


## Psykiske konsekvenser

- Endret selvilde etter kreft
- Krenket femininitet
- Kroppen ”plasseres utenfor en selv”.
- Endret kroppsbilde.
- «Hvem vil ha en sånn som meg?»







**”Den virkelige oppdagelsesreisen dreier seg ikke om å finne nye landskaper, men om å få nye øyne”**

**(Marcel Proust)**

” No approach in medical care deserves the term holistic as long as sexuality and intimacy have not been addressed.”

Woet Gianotten.

## Takk for oppmerksomheten 😊

Randi Gjessing

Urologisk avdeling, Ahus, postboks 1000, 1478 Lørenskog  
ragj@ahus.no