

Habilitering & hälsa och SRHR Skarborg

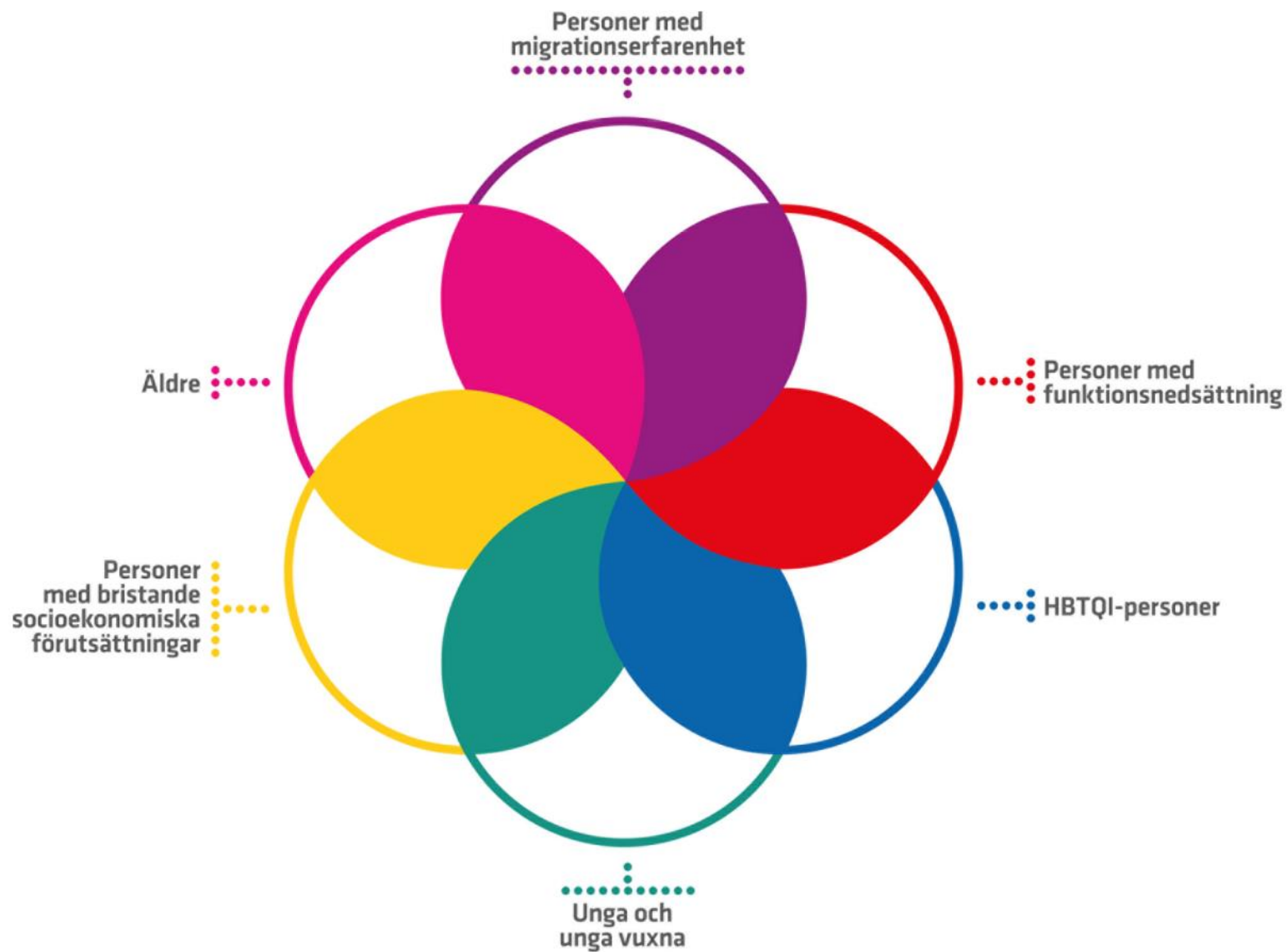
2024-12-09



***Kunskapscentrum för sexuell hälsa
arbetar för allas rätt till bästa möjliga
sexuella och reproduktiva hälsa på
lika villkor - genom hela livet***

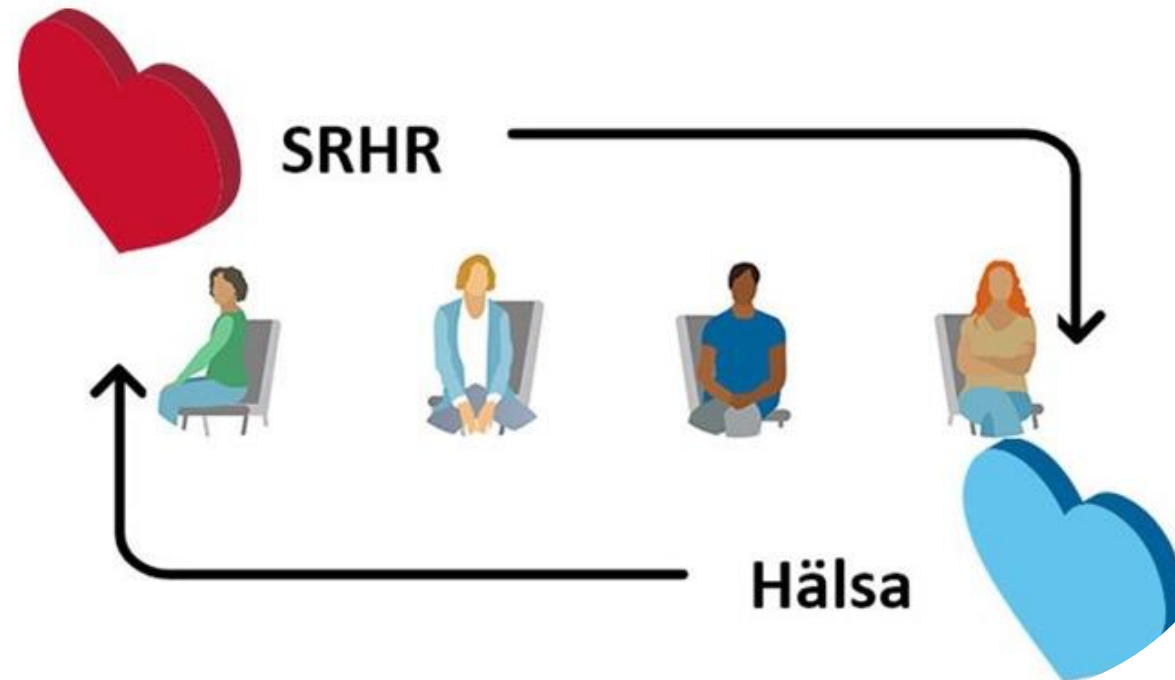


SRHR står för sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter och är en del av de mänskliga rättigheterna.



Lathund: implementering av VGR:s SRHR-strategi inom habiliteringen

Denna lathund beskriver de åtgärder som genomförs individuellt av dig som medarbetare inom habiliteringen. Detta är en del av habiliteringens arbete att implementera Västra Götalandsregionens SRHR-strategi. SRHR står för sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter.



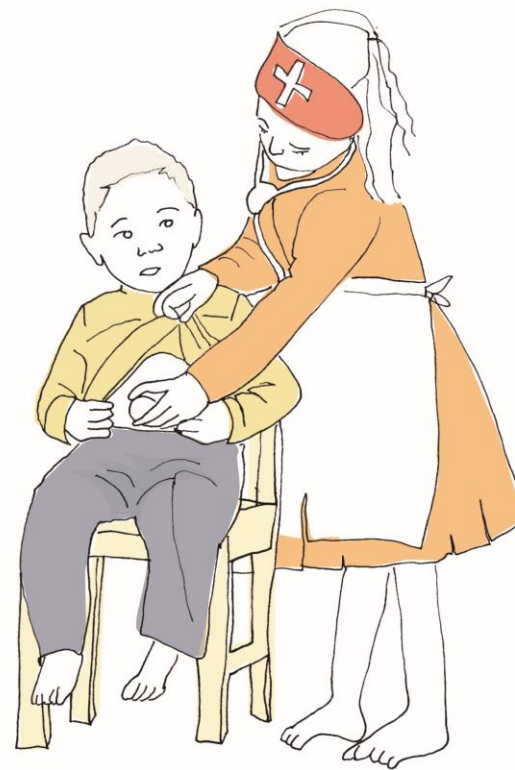
Människor föds med förmågan till
lubrikation, erektion och orgasm.

Barns sexualitet kan beskrivas som
en lustfylld bekantskap med den
egna kroppen, ibland med andras
kroppar.



Vanliga aspekter av barns sexualitet

- Titta på andras kroppar och visa sin egen
- Onani
- Lekar med sexuellt innehåll
- Frågor med sexuellt innehåll



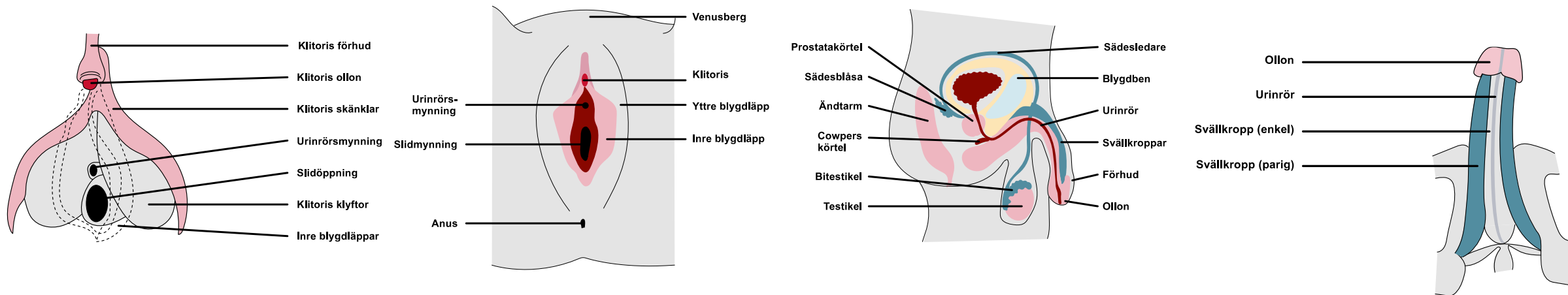
Hur kan vi som vårdgivare vara ett stöd?

- Bekräfta sexualiteten
- Ge begriplig information till barn och deras vuxna
- Stötta barns viktiga vuxna i att initiera och föra samtal om sexualitet



Låg-mellan och högstadiet

- Fysiologi: Från start till mer fullgången pubertet
- Menscykel, sädesceller, första utlösningen
- Relationer
- Sen pubertet – när reagera



Unga vuxna

Kroppen fullt utvecklad

Sökande efter partner/partners eller
kanske längre förhållanden

Utbildning, arbetsliv hälsa och
föräldraskap

Mer regelbundet sex än tidigare

Lär känna sig själv bättre. Vad gillar jag,
vad gillar jag inte?

Appar



Vuxna

- Mycket stress i livet som kan påverka
- Ohälsans påverkan
- Graviditet, förlossningsskador
- Ofrivillig barnlöshet
- Nya livssituationer, nya utmaningar



Efter 50

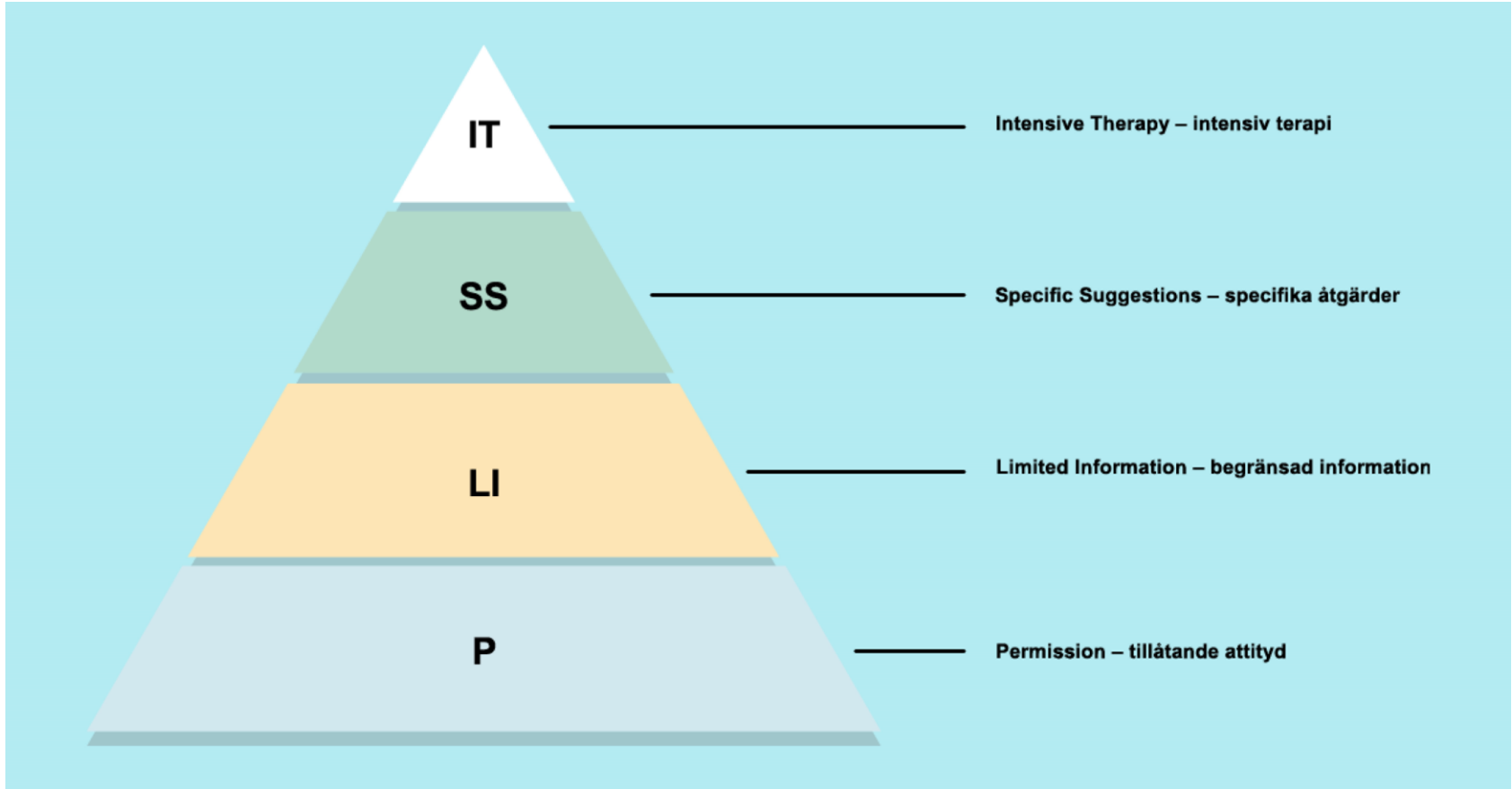
- Mycket som kan vara positivt
- Klimakteriet
- Torra slemhinnor – lokal östrogenbehandling
- "Mäns klimakterie"
- Lust/förmåga
- Hälsa
- Livssituation ex. ekonomi



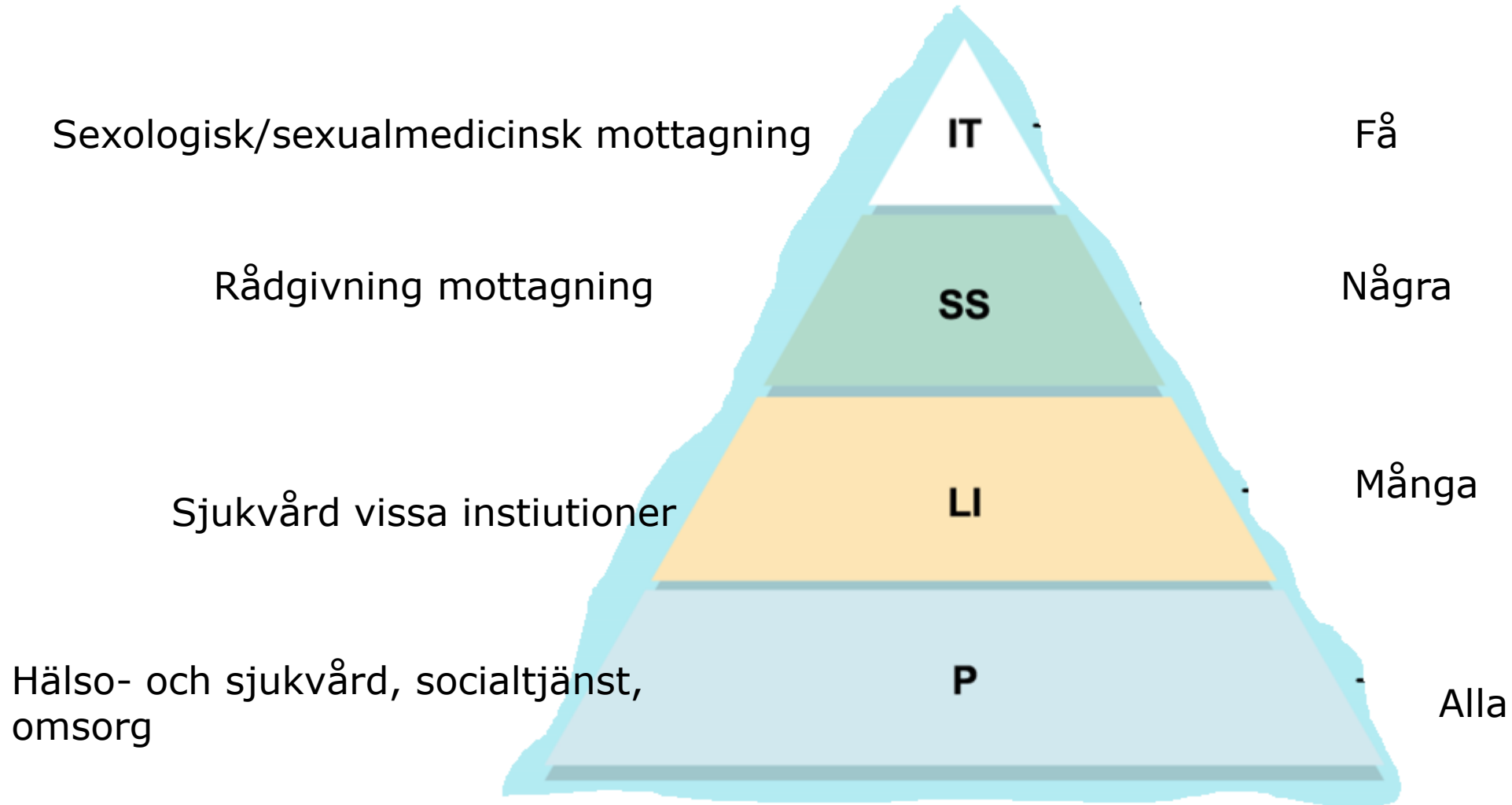
Årsrika

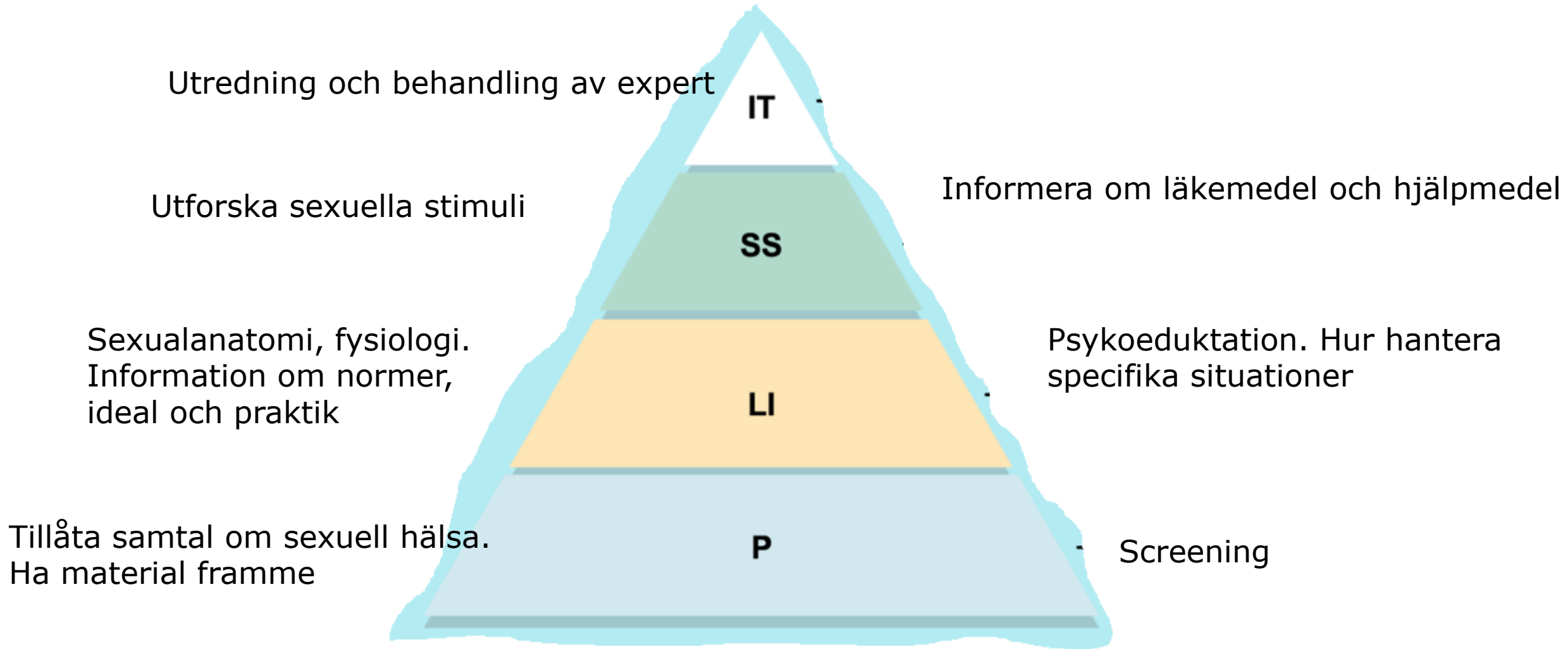
- Nöjda äldre
- Önskar få frågor
- Inleder nya relationer
- Institution
- "Hudhunger"
- Läkemedel som kan hjälpa





I vilken verksamhet? Vem ska arbeta med sexuell hälsa?





Tips

- [Vill du ligga med mig då? - en kartläggning om sexuell hälsa hos personer med funktionsnedsättning och kronisk sjukdom](#)
- [Många unga som söker för könsdysfori har NPF](#)
- [Så funkar sex | Fördom & Stolthet – ta med](#)
- [Funktionshinder och sexualitet | Hem – inte släppt än](#)
- [Nyhetsbrev från Västra Götalandsregionen](#)
- [Neuroqueer Mötesplats - RFSL Göteborg : RFSL Göteborg](#)
- Ottar nr 3 2024
- [Samtal om sexuell hälsa folder habilitering.pdf](#)

Det är inte
mitt jobb

Jag har
inte tid

SAMTAL OM SEXUELL HÄLSA

Jag kan inget
om det där

Det är
pinsamt

För dig som arbetar
inom habiliteringen

Varför ska vi ställa frågor?

Sexuell hälsa är en del av den allmänna hälsan. En god sexuell hälsa är också en mänsklig rättighet.

Vår sexuella hälsa kan påverka hur vi mår i stort och hur vi mår i allmänhet kan påverka vår sexuella hälsa. Sexuell ohälsa kan vara symptom på sjukdomar och effekter av behandlingar och mediciner.

En breddad anamnes med frågor om sexuell hälsa ökar förutsättningen och möjligheten till säker och rätt riktad vård och behandling. Frågor om sexuell hälsa ger därmed en bättre bild av patientens hela hälsosituation.

Många uttrycker att de vill få frågor och information om sexuell hälsa när de söker vård och uppskattar att vårdgivaren initierar samtalet.

När ska vi ställa frågor?

Det finns anledning att ställa frågor om sexuell hälsa även när det inte är patientens primära sökorsak:

- När fysisk eller psykisk funktion, symtom eller medicinering kan påverka den sexuella hälsan.
- När en person uppvisar symtom på sexuell ohälsa som kan vara tecken på sjukdom.
- När patienten själv har frågor om sexualitet som är viktiga att fånga upp för att bredda bilden av dennes problematik.

Slutligen är det viktigt att kunna ta hand om och följa upp frågor när patienter själva initierar ämnet. Dina frågor kan vara en länk i kedjan till förbättrad sexuell hälsa och därmed allmän hälsa.

Den som inte är van att prata om sexuell hälsa kan uppleva ett motstånd, att det känns svårt eller ovan. Det kan handla om rädsla för att säga något fel, att göra någon ledsen eller arg, oro för vad arbetskamrater skall tänka och tycka eller att det blir pinsamt.

Många vet inte hur de ska fråga eftersom de upplever sig sakna kunskap och att sexuell hälsa inte ingått i grundutbildningen. Personal som regelbundet ställer frågor om sexuell hälsa upplever att det ger möten ett mervärde och kan avhjälpa patienters oro, samt ger en ökad förståelse för patienters problematik och därmed en säkrare vård.

Sexuell hälsa är en del av den allmänna hälsan och inte något separat och därmed en fråga för samtlig personal.

Inkludering av frågor om sexuell hälsa bidrar till viktig information i anamnesupptagning av en persons hälsobakgrund. Det ökar därmed chanserna för rätt bedömning av vård och behandling och sparar på så sätt både tid och resurser samt minskar risk för enskilt lidande.

Hur ska vi ställa frågor?

Ett hjälpsamt sätt att öppna upp för frågor om sexuell hälsa är att börja i en mer allmän formulering eller en formulering kopplad till sökorsaken för att sedan lämna över till patienten.

Fördelen med det är att patienten inte känner sig utpekad eller att frågan upplevs som nyfikenhet. Det finns alltså en tydlighet i varför frågan ställs.

”Många patienter med ditt symtom/besvär/diagnos upplever att det påverkar den sexuella hälsan. Hur är det för dig?”



En patient berättar om sin långvariga smärta

En patient berättar att smärta har stor inverkan på vardagen. "Du berättar att du har problem med smärta i vardagen. Smärta kan påverka många delar av livet även sexualiteten och den sexuella hälsan. Hur är det för dig?"



En patient med skada/funktionsnedsättning

"Många med din skada/funktionsnedsättning har frågor kring samlivet och den sexuella praktiken. Hur är det för dig? Har du några frågor om detta?"



Patienten har frågor om läkemedelsbiverkningar

En patient har fått ett nytt läkemedel. Den berättar att den inte känner sig som sig själv och att läkemedlet påverkar relationen. "Det är vanligt att den medicin du tar kan påverka sexualiteten. Har du fått information om detta tidigare?"



På baksidan av den här foldern hittar du en bild med tre överlappande cirkor. Denna bild kan skrivas ut och användas som underlag i samtal med patienter. Och illustrerar att den sexuella hälsan är en del av den allmänna hälsan.



Den sexuella hälsan är en del av den allmänna hälsan

Frågor?



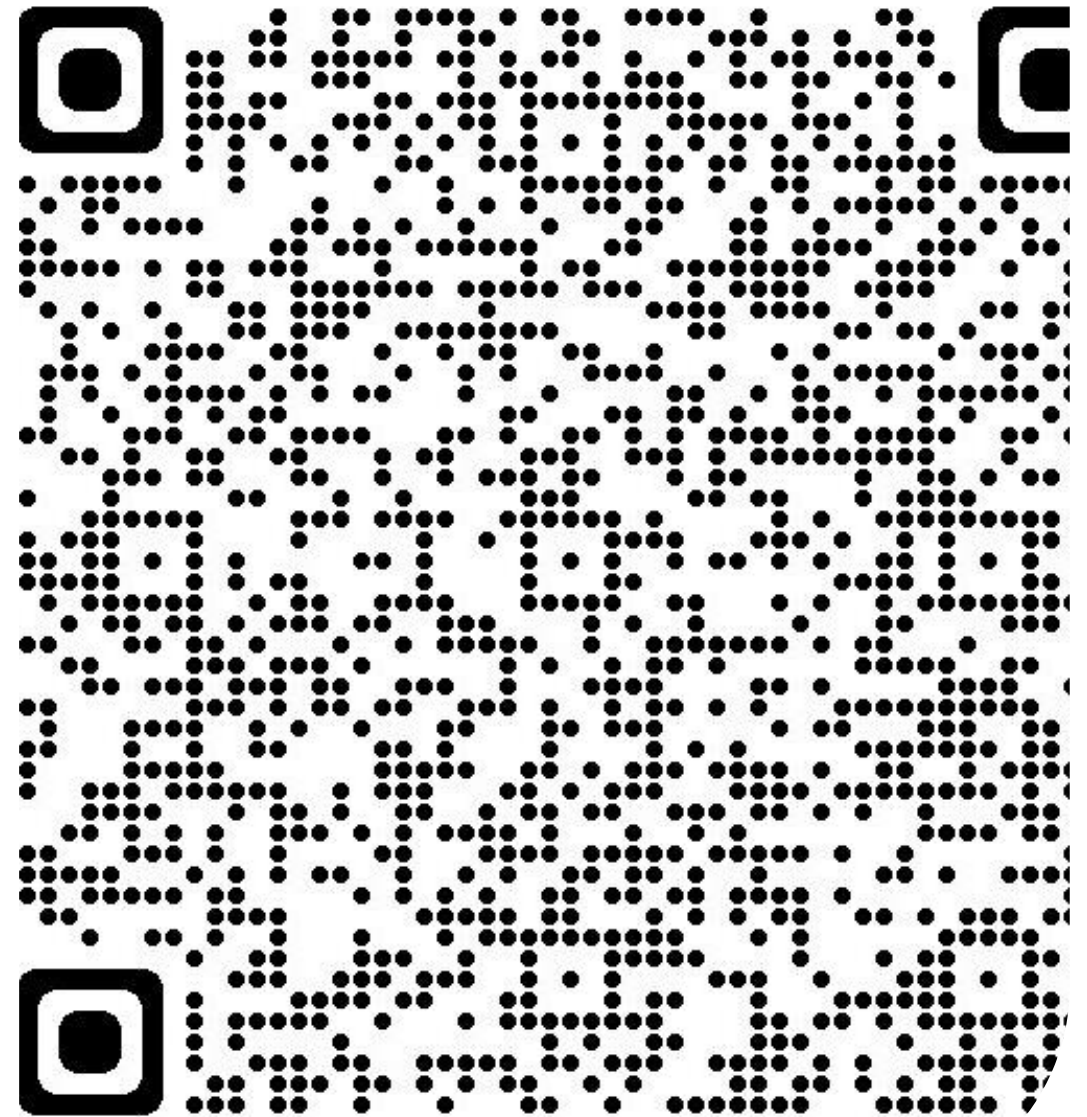
En del av den allmänna hälsan



Tack!

anna.skoglund@vgregion.se

[Kunskapscentrum för sexuell hälsa, KSH -
Vårdgivarwebben Västra
Götalandsregionen \(vgregion.se\)](#)





VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN