

Kanker van de vrouwelijke geslachtsorganen en seksualiteit



Inhoud

De mogelijke gevolgen van bestraling op de onderbuik voor de seksualiteit	3
Het gebruik van pelottes	4
Wanneer begint u met het gebruik van pelottes?	5
Hoe gebruikt u de pelottes?	5
Mogelijke bijwerkingen	6
Hoe lang gaat u door met het gebruik van de pelotte?	6
Hoe kunt u pelottes bestellen?	6
Als u geen pelottes kunt of wilt gebruiken	7
Nazorg	7
Vragen	7
Meer informatie	7
Contactgegevens	8

Kanker van de vrouwelijke geslachtsorganen en seksualiteit

U heeft een kwaadaardige tumor aan uw geslachtsorganen. Als onderdeel van de behandeling kunt u bestraald worden op de onderbuik. Doel van de behandeling is om alle (eventuele achtergebleven) kankercellen in de baarmoeder en/of de baarmoederhals te vernietigen.

De bestraling kan zowel uitwendig als inwendig (brachytherapie) worden toegepast. Bij de uitwendige bestraling gebruiken we een hoog energetische röntgenstraling (fotonenstraling). Deze fotonenstraling heeft een diep doordringend vermogen om diep gelegen gebieden in het lichaam te bestralen. Bij inwendige bestraling gebruiken we straling uit een radioactieve bron, die de straling precies afgeeft in het gebied waar de tumor zit of zich bevonden heeft.

Bestraling kan bijwerkingen veroorzaken. Bestraling van de onderbuik kan op lange termijn onder andere leiden tot seksuele problemen. Met een aantal voorzorgsmaatregelen kunt u deze problemen (gedeeltelijk) voorkomen. In deze folder krijgt u hier meer uitleg over.

De mogelijke gevolgen van bestraling op de onderbuik voor de seksualiteit

De bestraling van de onderbuik kan twee gevolgen hebben: verkleving van de slijmvliezen en het optreden van de overgang.

1. De bestraling kan leiden tot verkleving van de slijmvliezen in de top van de schede (littekenvorming). In de loop van maanden tot jaren kan dit tot gevolg hebben dat de schede nauwer, korter en minder elastisch wordt. Hierdoor is seksuele gemeenschap (penetratie) lastig of zelfs niet meer mogelijk.

2. Door bestraling en/of een operatie zullen de eierstokken niet (meer) of verminderd werken. Tenzij u al voor de behandeling in de overgang (menopauze) was, treedt hierdoor de menopauze (overgang) op. Door een gebrek aan hormonen kan dit - ook als u vervangende hormoontabletten gebruikt - leiden tot:
- Droogheid van de schede: het minder vochtig worden van de schede tijdens het vrijen.
 - Kans op bloedverlies tijdens/na gemeenschap (mede ook door droogheid van de schede).
 - Opgliegers, (versnelde) botontkalking (osteoporose), stemmingswisselingen.
- Raadpleeg met vragen over deze problemen uw gynaecoloog, huisarts of overgangsconsulente.

Dit kan leiden tot:

- Een negatief effect op het seksueel functioneren.
- Pijn bij de gemeenschap, waardoor 15-30% van de vrouwen zelden of nooit meer seksuele gemeenschap heeft.

Het gebruik van pelottes

U kunt de vernauwing van de schede door littekenvorming afremmen door pelottes te gebruiken. Pelottes zijn holle staafjes van kunststof (in verschillende lengtes en diameters), die in de schede kunnen worden ingebracht.



Een set pelottes

De pelotte kan door uzelf of uw eventuele partner thuis ingebracht worden op een voor u geschikt moment. Het regelmatig hebben van seksuele gemeenschap (penetratie) is ook voldoende om de vernauwing tegen te gaan.

Door het gebruik van de pelottes:

- Behoudt u de mogelijkheid tot gemeenschap en het voorkomt pijnlijke gemeenschap.
- Blijft de schede beter toegankelijk voor gynaecologisch onderzoek door uw behandelend arts tijdens controle afspraken.

Wanneer begint u met het gebruik van pelottes?

U begint met het gebruik van pelottes na het beëindigen van de bestralingen. Het is beter om niet meteen na de laatste bestraling te beginnen. Dit zou pijnlijk kunnen zijn, omdat het slijmvlies van de schede nog geïrriteerd kan zijn.

U begint zodra u geen pijn meer heeft, bij voorkeur 2 tot 4 weken na de laatste bestraling. Het is verstandig om niet later te beginnen. Het vernauwen van de vagina is namelijk een chronisch proces, dat direct na de bestralingen kan beginnen. Als de schede eenmaal vernauwd is, kan dit moeilijk weer ongedaan worden gemaakt. Heeft u geen klachten? Gebruik de pelottes dan toch. De veranderingen ten gevolge van bestralingen kunnen namelijk ook nog na een langere tijd ontstaan.

Hoe gebruikt u de pelottes?

- U gebruikt de pelotte minstens drie maal per week (eventueel afgewisseld met seksuele gemeenschap).
- Gebruik de pelotte (eventueel samen met uw partner) op een ontspannen plek in huis, waar u niet gestoord kan worden. U kunt de pelotte ook in bad of onder de douche gebruiken.
- Breng een glijmiddel (bijvoorbeeld Replens) aan op de pelotte en rond de ingang van uw schede om het inbrengen te vergemakkelijken. U kunt een glijmiddel krijgen bij de apotheek of drogist.
- U kunt de pelotte in verschillende posities inbrengen. Om de bekkenbodemspieren te ontspannen, kunt u op uw rug liggen met de knieën iets gebogen en de benen uit elkaar of staand, met een been op het bed of bad (vergelijkbaar met inbrengen van tampon).

- Breng de pelotte rustig met zachte druk in, zo diep als kan, zonder te forceren. Pers eventueel een beetje bij het inbrengen. Dit maakt het inbrengen makkelijker.
- Beweeg hierna de pelotte heen en weer en daarna van links naar rechts. Draai de pelotte zo mogelijk voorzichtig rond.
- Gebruik de pelotte per keer ongeveer vijf tot tien minuten.
- Verwijder de pelotte hierna langzaam met een heen en weer draaiende beweging.
- Begint u met de kleinste diameter pelotte en werk in de dagen/ weken erna toe naar de grootste diameter.
- In plaats van de pelotte kunt u ook een vibrator gebruiken.

Mogelijke bijwerkingen

Gering verlies van afscheiding of bloed is mogelijk tijdens het gebruik van de pelottes. Hier hoeft u niet van te schrikken. Als u veel bloedverlies of pijn ondervindt tijdens het gebruik, neem dan contact op met uw radiotherapeut of gynaecoloog.

Hoe lang gaat u door met het gebruik van de pelotte?

Het is niet bekend hoe lang het goed is om door te gaan met het gebruik van de pelotte. Maar gebruik de pelotte bij voorkeur 6 tot 12 maanden, omdat de problemen ook na langere tijd kunnen ontstaan. Wij adviseren u daarom de pelotte langdurig te gebruiken, minimaal een keer per week. Als u regelmatig seksueel actief bent (minimaal 1x per week gemeenschap heeft) is het gebruik van de pelotte niet nodig.

Hoe kunt u pelottes bestellen?

Ga naar de website www.pelvitec.com. U vindt de pelottes bij de trainingsproducten seksuologie onder de naam 'Vaginale dilatatieset, Feminaform'. Het bestelnummer is 16-1200001. De dilatatieset/pelottes worden bij u thuis afgeleverd. De pelottes zijn onherkenbaar verpakt. Voor meer informatie kunt u kijken op www.pelvitec.com. Informeert u vooraf bij uw verzekering of de pelottes worden vergoed.

Als u geen pelottes kunt of wilt gebruiken

Als u geen pelottes kunt of wilt gebruiken, zijn er nog andere mogelijkheden om vernauwing van de schede tegen te gaan:

- Breng driemaal per week een tampon (volledig bedekt met vaseline) hoog in de schede in. Laat de tampon de hele nacht in de schede zitten. Eén tot twee weken na de laatste bestraling kunt u hiermee beginnen. Probeer dit twee maanden vol te houden.
- Het hebben van geslachtsgemeenschap in een vroeg stadium kan het optreden van verklevingen voorkomen. Vanwege de irritatie van de slijmvliezen in de schede kan gemeenschap kort na de bestraling extra gevoelig en daardoor onaangenaam zijn. Om het makkelijker te maken, kunt u gebruik maken van een glijmiddel, bijvoorbeeld Replens. Soms kan er een klein beetje bloedverlies optreden. Hier hoeft u niet van te schrikken. Na een tijd verdwijnt de overgevoeligheid meestal vanzelf.

Nazorg

Seksuele problemen komen regelmatig voor na bestraling van de onderbuik. Mocht u meer advies willen, of begeleiding bij eventuele problemen, dan kunnen we u een doorverwijzing geven naar een seksuoloog, met ervaring in bestralingsgerelateerde seksuele problemen. Meer informatie over kanker en seksualiteit vindt u in de folder 'Kanker en seksualiteit' van de KWF Kankerbestrijding.

Vragen

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, neemt u dan gerust contact op met uw radiotherapeut via de afdeling Radiotherapie. U kunt voor meer informatie ook bellen naar de verpleegkundige gynaecologische oncologie. De telefoonnummers vindt u onder 'Contactgegevens'.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u terecht op de volgende websites:

- www.kwfkankerbestrijding.nl
- www.olijf.nl

Contactgegevens

Catharina Ziekenhuis

040 - 239 91 11

www.catharinaziekenhuis.nl

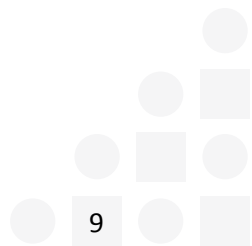
Afdeling Radiotherapie

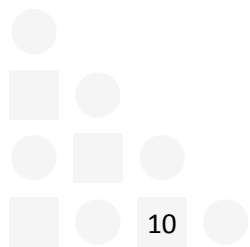
040 - 239 64 00

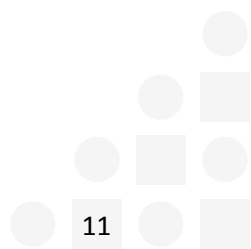
Verpleegkundige gynaecologische oncologie

040 - 239 66 77

Routenummer(s) en overige informatie over de afdeling Radiotherapie kunt u terugvinden op www.catharinaziekenhuis.nl/radiotherapie









Altijd als eerste op de hoogte?

Meld u dan aan voor onze nieuwsbrief:

www.catharinaziekenhuis.nl/nieuwsbrief

Michelangelolaan 2 – 5623 EJ Eindhoven
Postbus 1350 – 5602 ZA Eindhoven