



## BORSTKANKER EN SEKSUALITEIT

Borstkanker, en de behandeling ervan, kan gepaard gaan met veranderingen. Deze kunnen zich voordoen op zowel lichamelijk als psychologisch vlak en verschillen van vrouw tot vrouw. Via deze brochure willen we u helpen in het begrijpen van de mogelijke impact op seksueel vlak en geven u enkele raadgevingen.

### **MOGELIJKE BIJWERKINGEN BIJ VERSCHILLENDE THERAPIËN DIE INVLOED HEBBEN OP SEKSUEEL VLAK**

#### **Chirurgie (mastectomie, tumorectomie):**

- Littekenvorming
- Pijnlijke gevoeligheid

#### **Chemotherapie:**

- Veranderend zelfbeeld ten gevolge van haaruitval, handvoetsyndroom ...
- Vermoeidheid
- Warmteopwellingen, vaginale droogte ten gevolge van vervroegd optreden van de menopauze
- Gewichtstoename of -verlies
- Stemmingsstoornissen, depressie, angst
- Verhoogd risico op infecties

Al deze bijwerkingen kunnen een verminderd libido tot gevolg hebben.

#### **Radiotherapie:**

- Roodheid van de huid ter hoogte van de bestraalde borst
- Borstedeem
- Verhoogde gevoeligheid ter hoogte van de bestraalde zone
- Vermoeidheid

#### **Hormoontherapie:**

- Warmteopwellingen, vaginale droogte en verminderd libido ten gevolge van vervroegd optreden van de menopauze
- Gewichtstoename
- Gewrichtspijnen
- Stemmingsstoornissen

#### **Doelgerichte therapieën:**

- Vermoeidheid
- Veranderend lichaamsbeeld door huiduitslag,...
- Hoofdpijn

### **ENKELE RAADGEVINGEN**

#### **Bij pijn:**

- Vermijd bruuske bewegingen en handelingen.
- Neem een comfortabele houding aan tijdens de geslachtsgemeenschap, gebruik indien nodig kussens.
- Pijnstillende medicatie in overleg met uw arts.
- Relaxatie- en massagetechnieken kunnen een lichamelijk comfortabel gevoel creëren.

#### **Bij vaginale problemen:**

- Vaginale droogheid

Kanker en de behandelingen kunnen inwerken op het proces van de vaginale vochtigheid.

Gebruik een vaginaal glijmiddel op basis van water, zonder parfum of kleurmiddel. Het voorspel, voor de penetratie, bevordert de vaginale vochtigheid.

- Pijn tijdens het vrijen

Bij onvoldoende vaginale vochtigheid kan er tijdens de geslachtsgemeenschap een ongemakkelijk en soms pijnlijk gevoel ontstaan. Vermijd irriterende verzorgings- producten ter hoogte van de vagina (lotion, spray, parfum of ontsmettingsmiddelen).

- Vermijd knellende lingerie.
- Gebruik een glijmiddel tijdens de geslachtsgemeenschap.
- Zorg voor een vertrouwd klimaat en praat erover met uw partner.

- Infectie

Abnormale pijn, jeuk of veranderingen in de vaginale uitscheiding zijn mogelijke symptomen van een infectie.

- Raadpleeg uw arts voor de juiste behandeling.
- Een voorbehoedsmiddel is aangewezen tijdens de geslachtsgemeenschap.

- Bloedingen

Bepaalde behandelingen, waaronder Tamoxifène, kunnen een verdikking van de baarmoederslijmvlies veroorzaken met bloedingen als gevolg.

Raadpleeg uw arts of gynaecoloog bij abnormale bloedingen.

#### **Bij warmteopwellingen:**

- Geef de voorkeur aan losse kledij en lakens in katoen.
- Vermijd warme dranken, gekruide spijsen en alcoholgebruik.
- Bespreek met uw arts de verschillende behandelingsmogelijkheden.

#### **Bij vermoeidheid :**

- Geef de voorkeur aan korte intieme momenten in plaats van langdurige momenten.
- Beoefen regelmatig fysieke inspanningen.

#### **Lichaamsbeeld:**

Het verlies van de borst of een gedeelte ervan kan impact hebben op uw uiterlijk, seksualiteit en psychologie, verschillend van vrouw tot vrouw. Deze ongemakken zijn van tijdelijke aard en verdwijnen op termijn.

- Kies voor kledij die u graag draagt of waar u zich goed in voelt.
- Een borstreconstructie kan een oplossing zijn. In tussentijd kan een opgevulde bh of borstprothese u terug een evenwichtig silhouet geven.
- Bij haaruitval bestaan er verschillende oplossingen (pruik, sjaal).
- Aarzel niet om lichte maquillage te gebruiken om uw zelfvertrouwen en gevoel van eigenwaarde terug te krijgen.
- Let op uw voeding in geval van gewichtsverlies of –toename. De diëtiste kan u hierbij raad geven.

#### **Libidoverlies:**

Spreek met uw partner over de veranderingen die u ondervindt op seksueel vlak om samen een oplossing te vinden om uw libido te verbeteren.

- Uw relatie zal zich moeten aanpassen aan de behandelingen en de veranderingen.
- Wees creatief, dit kan een positief effect hebben op uw seksuele intimiteit (warme sfeer, zachte muziek, kaarsjes, ... ).

#### **Contraceptie:**

Het is belangrijk om zwangerschap uit te sluiten tijdens de behandeling. Praat hierover met uw arts van in het begin van de behandeling (chirurgie of chemotherapie).

#### **Vruchtbaarheid:**

Na de chemotherapie of hormonale therapie, is de vruchtbaarheid niet permanent verdwenen. Echter, sommige vormen van chemotherapie kunnen tijdelijk of permanent de werking van de eierstokken verminderen. Als u na de behandeling

nog een zwangerschapswens heeft, bestaan er verschillende mogelijkheden. Praat erover met uw gynaecoloog vooraleer te starten met chemotherapie.

#### **Voorzorgsmaatregelen tijdens de chemotherapie:**

Het gebruik van voorbehoedsmiddelen is aangewezen tot één week na de toediening van chemotherapie, in het belang van uw partner. Het is mogelijk dat er nog minimale sporen van de behandelingsstoffen aanwezig zijn in de vaginale afscheiding.

#### **BIJ WIE KAN U TERECHT?**

Als u nog vragen heeft over relaties en seksualiteit of als u zelf geen oplossing vindt, aarzel dan niet om erover te praten met iemand van het oncologisch team. Wij staan klaar om te luisteren en verwijzen u graag door naar de juiste contactpersoon.

#### **NUTTIGE INFORMATIE**

AZ Glorieux  
Algemeen Dagziekenhuis  
Glorieuxlaan 55, 9600 Ronse  
Tel. 055/23 33 05