

מיניות - מותר גם כשחולים

קבוצת עניין של אחיות לקידום הבריאות המינית של חולי סרטן

אלהאם סואן בדארנה

רקע היסטורי

הרעיון של הקמת קבוצת העניין (פורום) של אחיות לקידום הבריאות המינית של חולי סרטן, נולד עם סיום הקורס האחרון שריכזה הגברת חיה יניב בנושא זה, טרם פרישתה לגמלאות בשנת 2000. חיה הייתה זו שייסדה והגדירה את תפקיד האחות היועצת בתחום המיניות לחולי סרטן, והייתה הראשונה ששמשה בתפקיד זה בארץ, ובמסגרת האגודה למלחמה בסרטן. תחילה הקבוצה הורכבה מהאחיות שהשתתפו בקורס זה, ורוכזה על ידי האחיות שתפקידו היועצות בתחום הבריאות המינית לחולי סרטן באגודה למלחמה בסרטן: שרון פלג נשר, ליויה כסלו וכיום – לנה קורץ. במהלך שנת 2010 התקיימו מספר מפגשים, אליהם הוזמנו מרצים אורחים בנושאים רלוונטיים לתחום הסקסולוגיה. כמו כן ניתנה אפשרות במפגשים אלה להעלות דילמות והתלבטויות, לדון בסוגיות שונות ואף לעבוד על רעיונות משותפים. דוגמה לכך היא ניסוח אנמנזה סיעודית כללית בנושא בריאותו המינית של חולה הסרטן, בהנחייתה של שרון פלג נשר (נספח 1).

הפורום נכון להיום

הפורום ממשיך להתקיים זו השנה העשירית, ומתנהל כיום, בהנחייתה של לנה קורץ. הפורום נפגש שלוש עד ארבע פעמים בשנה, בסניף המרכזי של האגודה למלחמה בסרטן בגבעתיים. מתכונת המפגשים התרחבה וממשיכה להתרחב, הן מבחינת התכנים והן מבחינת המשתתפים, כפי שיתואר להלן. בדרך כלל, סדר היום נפתח ב-Journal Club, שבו מציגות מספר אחיות מאמר עדכני בנושא מיניות ומחלת הסרטן. לאחר מכן מתנהל דיון בסוגיות נבחרות מתוך המאמרים. כל אחות מקבלת את כל המאמרים בהם דנים במפגש, כך שהיא יכולה לאסוף אותם ולהשתמש בהם בעת הצורך. בחלקו השני של היום מתקיימת הרצאה על-ידי מרצה אורח מתחומי

אלהאם סואן בדארנה – BA, RN, מרכזת תחום מחלות מערכת העיכול, המכון האונקולוגי, רמב"ם, הקריה הרפואית לבריאות האדם.

טיפול שונים, כגון רפואה, טיפול זוגי, פסיכודרמה ואחרים, הקשורים למיניות באופן כללי, או למיניות בזמן המחלה והטיפול. החלק השלישי של המפגש מוקדש לדיון במקרים מהשדה הקליני שמביאות חברות הקבוצה, או לחילופין, להתנסות במשחק תפקידים ובתרגילי סימולציה. בעזרת עבודה מסוג זה, המשתתפות מקבלות משובים, רוכשות ידע ומגבירות את ביטחונן העצמי. האינטראקציות בין האחיות תורמות לחוויית הלמידה ולהנאה. כאמור, בשנים קודמות הייתה יוזמה לפיתוח אנמנזה מינית כללית שהוצעה על ידי שרון פלג נשר. במסגרת הקבוצה פותחה האנמנזה הבסיסית בהנחייתה של שרון, וכל אחות המשתתפת בפורום התאימה ופיתחה אותה למקום עבודתה, על מנת שתענה על צרכי המטופלים בשדה הקליני בו היא עובדת. שאיפתן של האחיות המשתתפות בפורום, היא לצרף אליו אנשי מקצוע נוספים, כגון רופאים, עובדים סוציאליים ופסיכולוגים, מתוך אמונה מלאה בעבודת צוות מולטי-דיסציפלינרי. לקראת השנה הקרובה אנו מקוות שנקיים פורום בצוות מגוון ורחב יותר.

להלן יוצגו תשובות של חלק מהמשתתפות בפורום לשאלה:
כיצד ההשתתפות בקבוצת העניין סייעה לקדם את הנושא בשדות הקליניים השונים?

מנור ברוריה - מפקחת חטיבת נשים, מחנכת למיניות, מרכז רפואי העמק

חברה בפורום כשנתיים, מאמינה שכל אחות יכולה, אם היא רוצה, לדבר על מיניות, כי מיניות הינה צורך מאד חשוב לכל אדם בכל גיל. היא עצמה פועלת במחלקות נשים, יולדות ואף אורולוגיה, מיישמת שיחות בנושא המיניות והזוגיות ואף יוזמת פעילויות שונות לקידום הנושא, לא רק בבית החולים, אלא אף בבסיס צה"ל, בבתי סוהר, בבתי ספר ובמוסדות אחרים. לדבריה: "הקבוצה תורמת לי רבות. אני שומעת מניסיון של

שבעבודתה בתל השומר, רצתה לחשוף את הנושא בקרב האחיות. לצורך כך הציגה פוסטר בכנס האונקולוגי הארצי ב-2009, ודאגה להכניס את הנושא כחלק מהדרכת המטופל בקבלתו ובשחרורו. כיום עובדת יאנה ב"מכבי שרותי בריאות". היא מעלה את הנושא באנמזה ומפנה לגורמים טיפוליים שונים בעת הצורך. היא רואה את הנושא כבלתי נפרד מהטיפול הכולל במטופל.

גולדברג ויקטוריה – אחות אונקולוגית מחלקת רדיותרפיה, ב"ח רמב"ם

לפני כשנה הצטרפה ויקטוריה למפגשי הפורום, על מנת "ללמוד תחום נוסף בטיפול ובתמיכה בחולה האונקולוגי, לאגור כלים וטכניקות לתקשורת, תוך נקיטת גישה אישית לכל מטופל. לדעתי חשוב להיות חלק מהתהליך, לחלוק חוויות ולקבל מענה לשאלות העולות תוך כדי פיתוח הנושא בעבודה".

עוד מוסיפה ויקטוריה: "הקבוצה מפתחת נושא שעבורי הוא חדש. עדיין לא קיימת מודעות גבוהה בין צוותי הבריאות להעלות את הנושא בין מטפלים ומטופלים. הקבוצה מהווה עבורי מקור לתמיכה והדרכה". ויקטוריה מדגישה עד כמה חשוב לערב את הצוותים המטפלים בשדות הקליניים בנושא. היא עצמה יזמה את העלאת הנושא באחת משיבות הצוות, בתקווה שחברי הצוות יתחילו להכליל את הנושא בעבודתם היום יומית. בנוסף, ויקטוריה יוזמת שיחות פתוחות עם המטופלים, אך מרגישה עדיין את המבוכה כשעניין המיניות עולה על הפרק ועד כמה הנושא היה זניח ולא מדובר. לטענתה נושא המיניות והאינטימיות הוא חלק בלתי נפרד מאיכות חייהם של המטופלים. בהמשך היא דאגה להציג את נושא המיניות ביום עיון אונקולוגי חטיבתי, בשאיפה לקדם את נושא המיניות.

אחיות אחרות ממרכזים רפואיים שונים. מגוון ההתנסויות של אחיות אחרות תורם לראייה רחבה ולמידה בין עמיתים. אני מאמינה מאד ביכולתה של כל אחות לתרום למטופלים ולא משנה באיזה גיל".

מרגלית זהבה – אחות מהמרכז הרפואי לין בחיפה

חברה בפורום מזה שנתיים. "המניע שלי להשתתף בפורום היה קבלת כלים כדי לעזור למטופלים בפניות, בשאלות ובחוסר האונים שלהם בנושא המיניות. הקבוצה תורמת לי גיבוש, מקום פתוח ובטוח להביע שאלות ולפתור בעיות, כולל קבלת כלים בהתמודדות עם מצבים שונים. כמו כן הקבוצה מעלה רעיונות לפתרונות של בעיות במיניות על ההיבטים השונים: פסיכולוגיים, חברתיים, משפחתיים, סביבתיים.

אני משוחחת עם המטופלים ובני זוגם באופן ישיר ועקיף, תוך שימת דגש על חשיבות המיניות, הקרבה והיחס, ומדגישה את העובדה שקיימות אפשרויות מגוונות לפתור בעיות במיניות בהרבה מישורים. כיום אני מרגישה בטוחה יותר עם הכלים שקיבלתי, לתת לגיטימציה לנושא המיניות, לעוררו ולהעלותו מול מטופלים, ולפתח נושא שהיה חבוי עד היום על כל רבדיו".

ליטמן יאנה – מתאמת אונקולוגית "מכבי שרותי בריאות"

(בעברה עבדה כאחות אונקולוגית בתל השומר)

חברה בפורום כשנתיים. "המניע שלי להשתתף בפורום הוא החשיפה לנושא המיניות, לבעיות, לשאלות אתיות, להתלבטויות ולפתרונות. מניע נוסף הוא הרחבת הידע בנושא והתרומה של המפגש עם אחיות ממרכזים רפואיים שונים בארץ, תוך החלפת חוויות בנושא". יאנה מדגישה את חשיבות הנושא, ומציינת

Actiq®
(oral transmucosal fentanyl citrate)

**נשהכאב מתפרץ
...צריך S.O.S.**

אקטיק
הכאב עובר ומהר

www.actiq.co.il

MEDISON Delivering innovative healthcare

Cephalon

Actiq is indicated only for the management of breakthrough cancer pain in patients 16 and older with malignancies who are already receiving and who are tolerant to opioid therapy for their underlying persistent cancer pain. For further information please read the PI as approved by the MOH.



אנמנה סיעודית בתחום המיני

שם _____ תאריך לידה _____ מין _____ מצב משפחתי _____

ילדים _____ בני _____ האם יש לך בן/בת זוג קבוע/ה _____

תנאי מגורים: _____

גר לבד גר עם בן זוג גר בבית ההורים גר עם שותפים גר עם ילדים

אחר: _____

דת: _____ חילוני מסורתי דתי

תחום עיסוק: _____

נתונים רפואיים: _____

אבחנה: _____ תאריך אבחנה: _____

טיפולים:

סוג הטיפול	תאריך	פרוטוקול/פרוצדורה	תופעות לוואי פיזיות	הערות
כימותרפיה				
קרינה				
טיפול הורמונלי				
טיפול ביולוגי				
כירורגיה				
אחר				

כיצד היית מגדיר את מצב הרוח שלך? מה אתה מרגיש בעקבות המחלה והטיפולים?
 השפעות נפשיות ורוחניות: דאגה, מצבי רוח משתנים, כעס, עצב, לחץ, ייאוש, אשמה, מצב רוח ירוד, בושה,
 אופטימיות, פסימיות, תקווה, אמונה, שינוי בהשקפת עולם, קבלת המצב, תחושת לחימה, שינויים בדימוי הגוף,
 פרט: _____

תרופות קבועות: _____
 אלכוהול _____ עישון _____
 סמים / הרגלי צריכה _____

רוב המטופלים ובני זוגם מדווחים על שינויים בזוגיות שלהם בעקבות גילוי המחלה והטיפולים. אנחנו (הצוות
 המטפל) נוהגים לתת מידע על השינויים הצפויים בתחום האינטימי בעקבות המחלה והטיפול בה.
 • האם היית מעוניין במידע בנושא מיניות? יתכן ותהיינה בעיות או שאלות שאני אוכל לענות עליהן וייתכן שאזהרה
 בעיות, שאמליץ לך / לכם לקבל ייעוץ אצל המומחים לבעיה הספציפית שאזהרה.

• האם מאז שחלית קיים קושי בתפקוד המיני/ בקשר הזוגי? _____

• אם כן, עד כמה זה מפריע לך?

• איך זה בא לידי ביטוי? _____
 (מתח, כעסים, תסכול, התכנסות, הימנעות, הסתגרות, פחד, דחייה, גועל, חוסר תקשורת, מריבות, וכדומה)
 • האם חלו שינויים פיזיים – יובש בנרתיק, זקפה חלקית, קושי להשיג אורגזמה, כאבים בזמן חדירה?

• מתי התחילה הבעיה? _____

• איך היו החיים האינטימיים טרם המחלה?

• איך בן/בת זוגך מתייחסים לשינויים שתיארת? _____

• אם לא, במידה ותתעניין/תרצה / יצוצו קשיים בעתיד, ניתן לפנות אליי / לצוות.

במצב שלך יש אנשים שחושבים שמחלה כמו שלך/מחלת הסרטן מדבקת, שאסור לקיים יחסי מין, שסרטן שווה מוות, שקיים יחסי מין מחליש ועוד. מה אתה חושב? מה אתה מרגיש שהסביבה הקרובה לך חושבת?

התערבות:

נשים	V	גברים	V
מתן לגיטימציה		מתן לגיטימציה	
הדרכה אודות תופעות לוואי		הדרכה אודות תופעות לוואי	
הדרכה אודות מאמנים נרתיקיים			
שבירת מיתוסים		שבירת מיתוסים	
הפניה לגינקולוג		הפניה לאורולוג	
הפניה למרפאה לתפקוד מיני		הפניה למרפאה לתפקוד מיני	
יובש וגינאלי - המלצה על לوبرיקנטים			
הדרכה מתי ניתן לקיים יחסי מין בחדירה: כאשר ספירת הדם מעל 50,000 טרומבוציטים ומעל 1000 ניוטרופילים		הדרכה מתי ניתן לקיים יחסי מין בחדירה: כאשר ספירת הדם מעל 50,000 טרומבוציטים ומעל 1000 ניוטרופילים	
להיזהר לא להיכנס להריון			
הפניה לייעוץ בנוגע לפוריות		ליידע אודות שימור זרע	

לסיכום:

• האם יש לך שאלות נוספות בשלב זה? _____

אני מקווה שקיבלת את המידע הדרוש לך/ שהצלחתי לענות על שאלותיך.

על מנת לסכם כעת, מומלץ ש: _____

במידה ותהיה מעוניין ביעוץ חוזר, יהיו לך קשיים והתלבטויות, ניתן ליצור קשר עם: _____

שם _____

טלפון _____

בימים _____