

# Sexuell dysfunktion och endokrina sjukdomar, att prata om sexuell hälsa Endokrindagarna i Umeå 2026

Cecilia Dhejne, Med. Dr, specialist i psykiatri och sexualmedicin, överläkare,



# Sexuell och reproduktiv hälsa WHO

- Är ett tillstånd av *fysiskt, känslomässigt, psykiskt och socialt välbefinnande* i förhållande till alla aspekter av sexualitet och reproduktion, och *inte bara avsaknad av sjukdom, dysfunktion eller skada*.
- Därför bör ett *positivt förhållningssätt till sexualitet och reproduktion bekräfta den roll som njutbara sexuella relationer, tillit och kommunikation spelar för självkänslan och det allmänna välbefinnandet*.
- Alla människor har rätt att fatta beslut om sina egna kroppar och ha tillgång till hälso- och sjukvård och andra hälsofrämjande insatser som stödjer den rätten.

<https://www.guttmacher.org/guttmacher-lancet-commission/accelerate-progress-executive-summary>

# Är sex viktigt?



	Män	Kvinnor
<b>Sex viktigt</b>	<b>74 %</b>	<b>59 %</b>
<b>Nöjda</b>	<b>57 %</b>	<b>58 %</b>
<b>Haft sex sista året</b>	<b>82 %</b>	<b>78 %</b>

Mindre nöjda, män 16-29 och män och kvinnor 64-84

SRHR 2017  
Folkhälsomyndigheten

# Varför har människan förmåga till sexuell njutning och känna attraktion?

# Varför har bonbonerna förmåga till sexuell njutning? Känna attraktion?



Sexualiteten

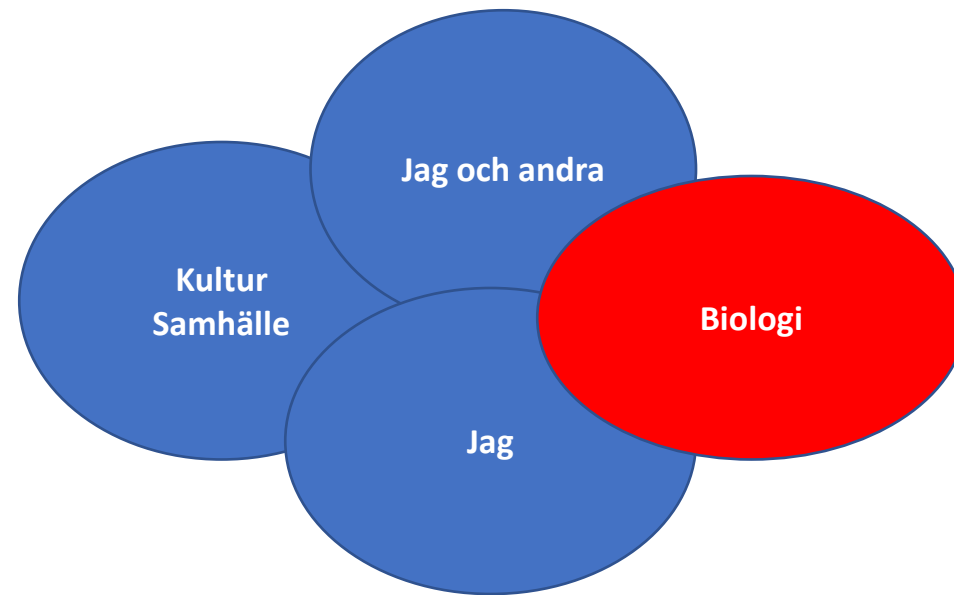
75 % Stärka de sociala banden och för att lösa konflikter.

25 % fortplantning.

# Varför har människan förmåga till sexuell njutning? Känna attraktion?

- Få barn
- Hålla ihop relationer för att kunna ta hand om barn
- Njuta

# Sexualitet

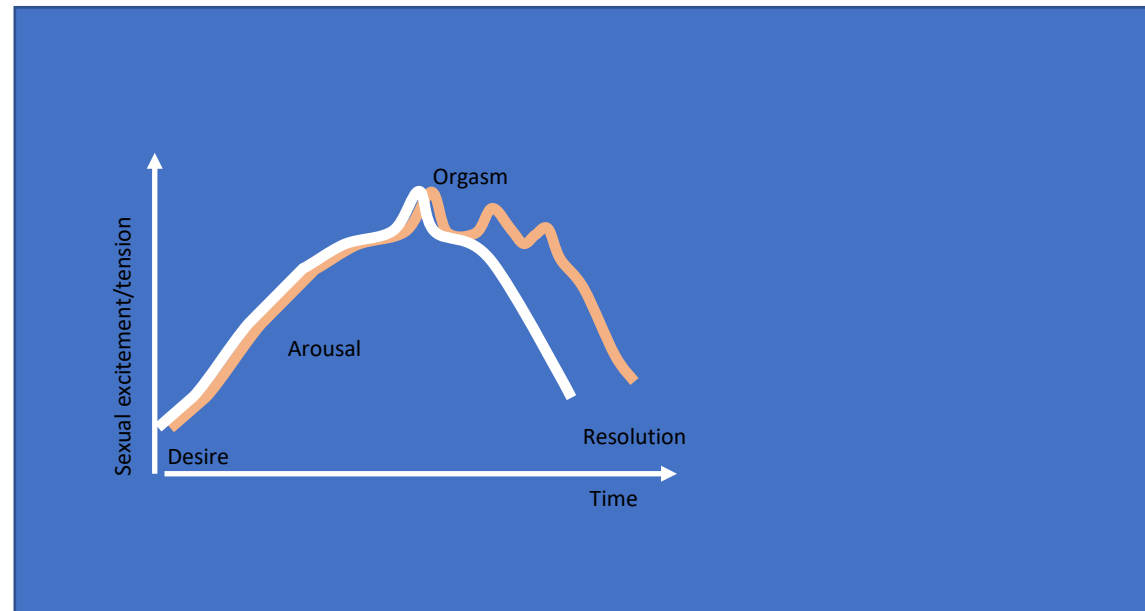


# Sexuell funktion



# Sexuell responscykel

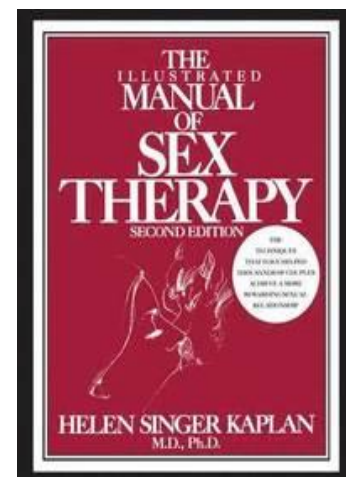
Sexuell funktion  
Lust  
Upphetsning  
Orgasm/utlösning



2026-03-29

Dhejne

Master and Johnson  
Kaplan HS. (1974) The New Sex Therapy.  
New York: Brunner/Mazel



# Sexuella dysfunktioner

- Lust nedsättning
- Upphetsnings problem hos kvinnor, erektionsproblem hos män
- Svårigheter att få orgasm/utlösning
- Tidig orgasm/utlösning

# Sexuell lust och motivation

- Lust
- Tändning
- Retbarhet
- Fantasier



# Sexuell lust och motivation

- Lust
- Tändning
- Retbarhet
- Fantasier



STYRBAR?

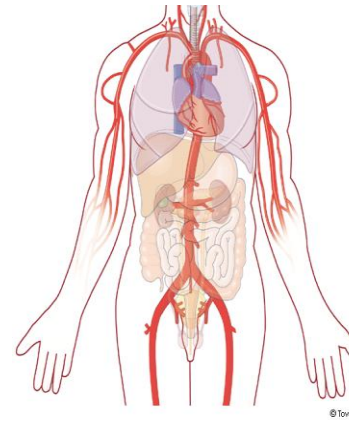
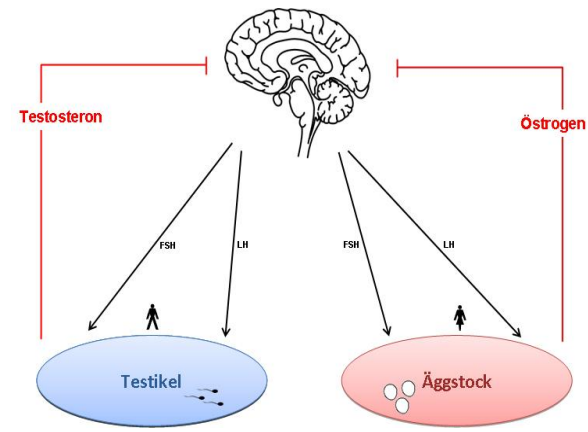
- Motivation, lust att ha lust, att gå in i lusten
- Sexuell identitet
- Sexuella skript
- Sexuellt självförtroende
- Sexuell skam

# Sexuell funktion

hormoner

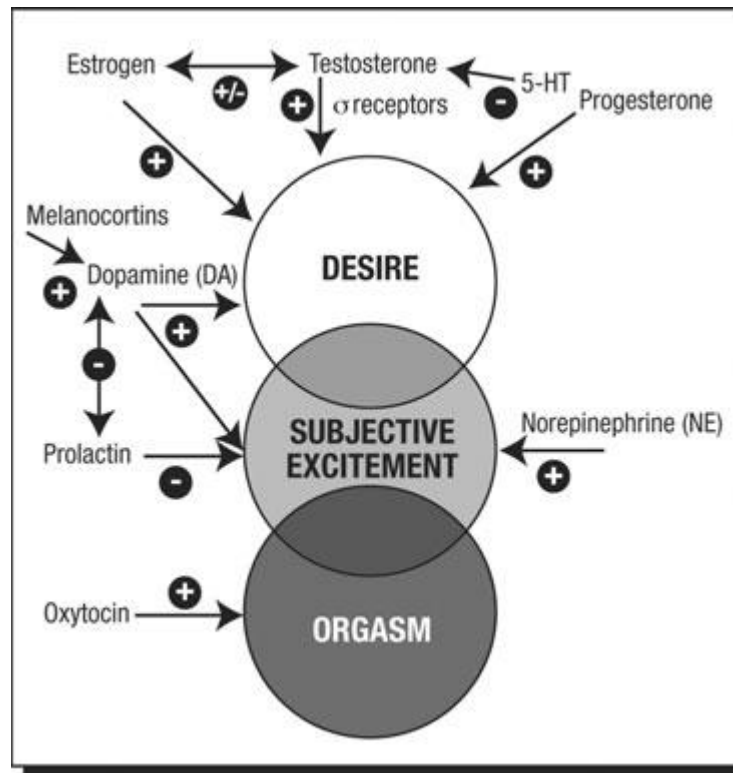
kärl

hjärna nerver



2026-03-29

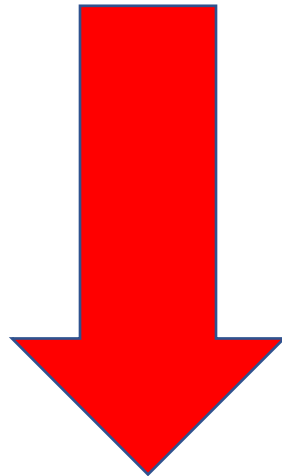
# Neurotransmittorer och hormoner som påverkar sexuell funktion



# Hormoner och neurotransmittorer

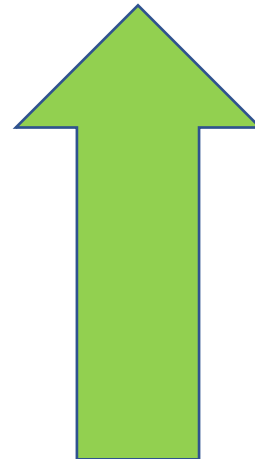
## Hämmande

Serotonin (5HT<sub>2C</sub>,5HT<sub>3</sub>)  
Prolaktin  
Opioider  
Kortisol  
Adrenalin



## Stimulerande

Testosteron  
Östrogen  
(Progesteron)  
Dopamin  
Serotonin (5HT<sub>1A</sub>)



# Hur ansträngande är det att ha sex?

Aktivitet	METS
Vanligt samlag	2-3
Stryka	2-4
Gå lugnt 1,5 km	3-4
Spela golf	4-5
Energiskt samlag	5-6



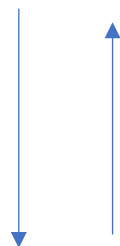
Mickley & Winstrup 2006

# Hur fungerar sexuell respons?

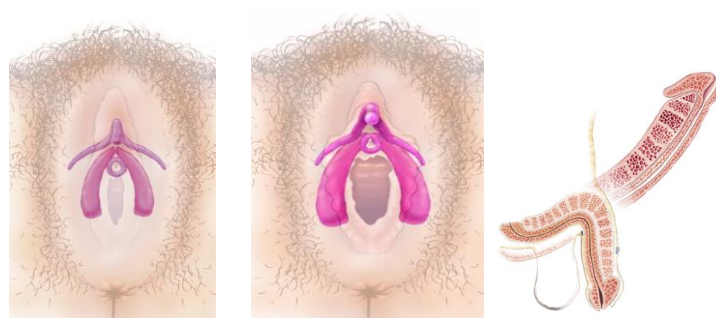
Stimuli  
Syn, lukt,  
Känsel,  
Drömmar



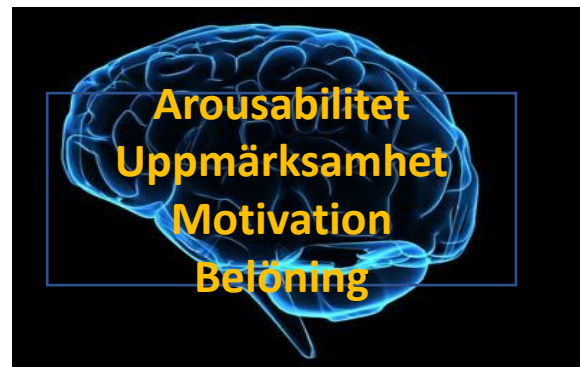
Tidigare  
erfarenheter



Stimuli



Stimuli  
Syn, lukt,  
Känsel,  
Drömmar

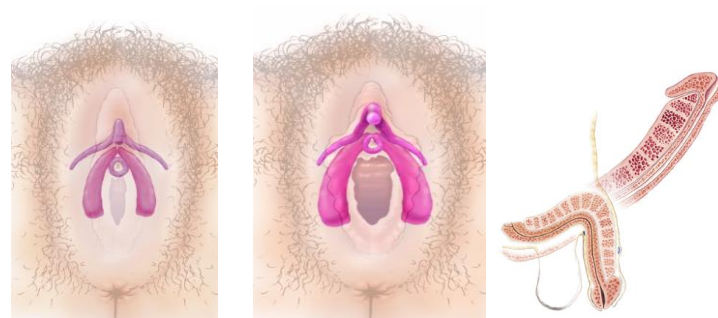


Tidigare  
erfarenheter



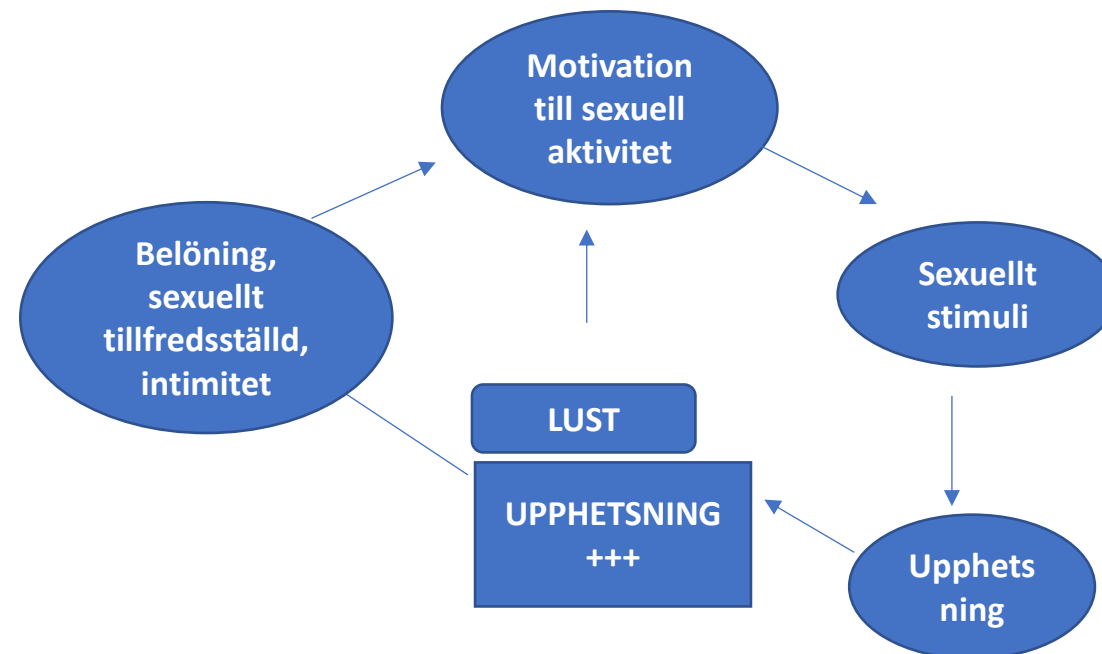
Duger jag  
Hur ska det gå den här gången  
Hormoner  
Neurotransmittorer  
Läkemedel

Stimuli



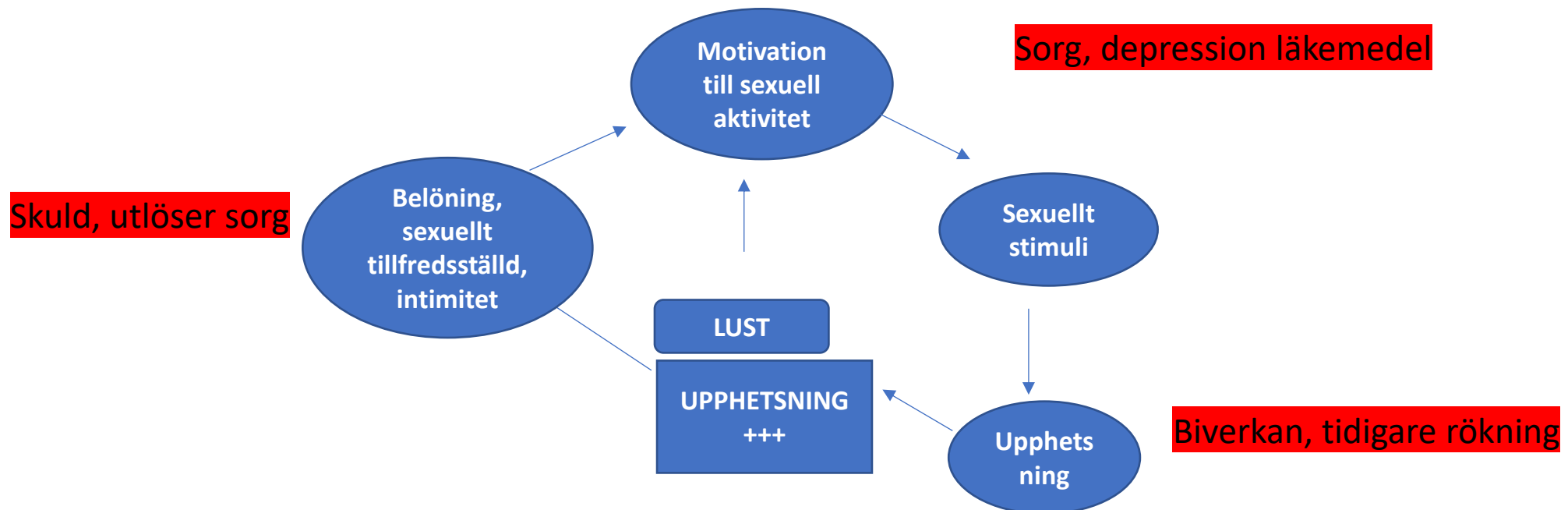
Smärta  
Kärl och nervskador

# Belöningsbaserad sexual respons modell



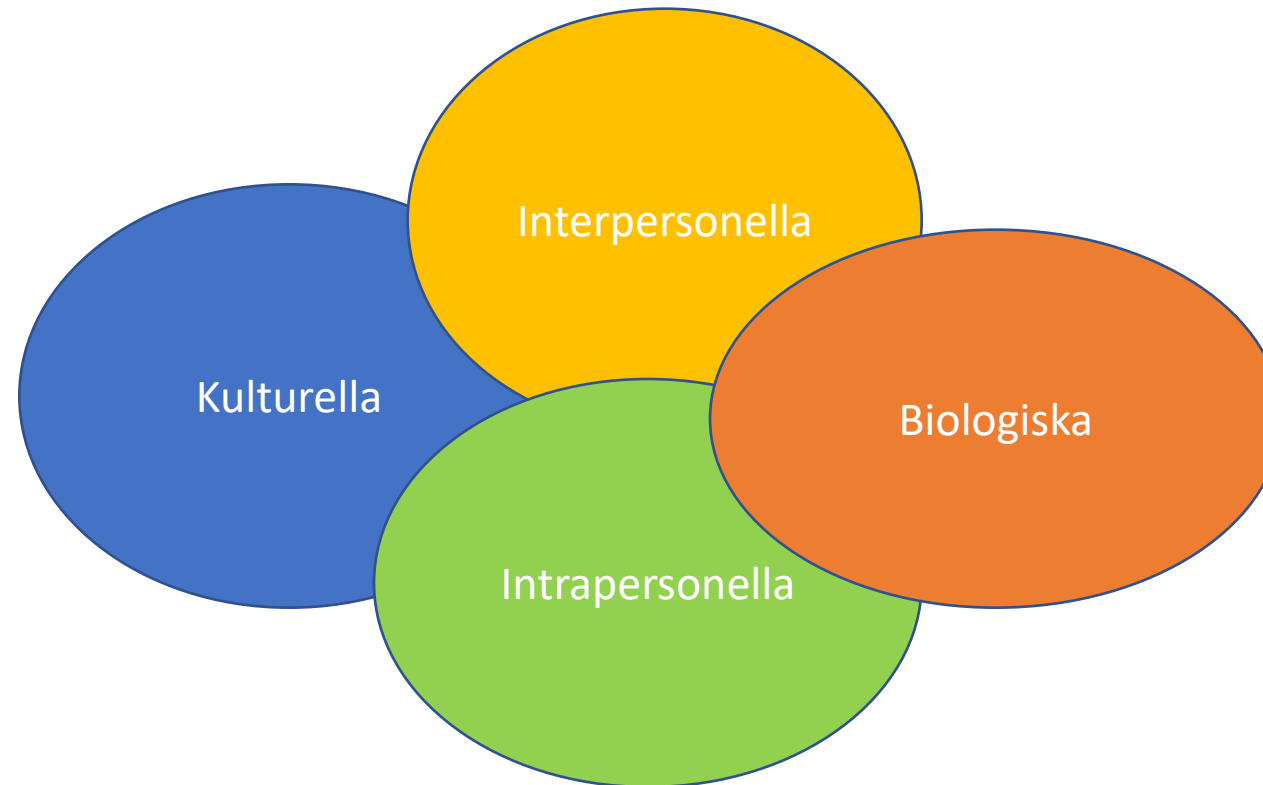
Basson R, Gilks T. Women's sexual dysfunction associated with psychiatric disorders and their treatment. *Womens Health (Lond)*. 2018 Jan-Dec;14:1745506518762664. doi: 10.1177/1745506518762664.

# Belöningsbaserad sexual respons modell



Basson R, Gilks T. Women's sexual dysfunction associated with psychiatric disorders and their treatment. *Womens Health (Lond)*. 2018 Jan-Dec;14:1745506518762664. doi: 10.1177/1745506518762664.

# Sexualitet mer än sexuell funktion



# Hur påverkar sjukdom sexualiteten?

- Överlevnad kommer först, men sedan
- Självbild vad gör det med en att se sig som sjuk?
- Kan min kropp skadas av sex?
- Symtom eller medicin påverkar njutning?
- Attraktivitet för mig själv och för andra?
- Vad gör det med en eventuell partner

# Varför är det svårt att ta tala om sexualitet med patienter?



# Varför är det svårt att ta tala om sexualitet med patienter?

Nyfiken  
Flirtar  
Kränker integritet  
Saknar kunskap  
Vad gör jag sedan



Pinsamt  
Skamligt



[Det här fotot](#) av Okänd författare licensieras enligt [CC BY-NC-ND](#)



# Vi har ett syfte med våra frågor

Kunna hjälpa

Öka livskvalitet

Förebygga ohälsa

Öka sannolikheten att patienten tar sin  
medicin

Förbättra alliansen

[Det här fotot](#) av Okänd författare licensieras enligt [CC BY-NC-ND](#)



# Att fråga om det någon skäms för

Du är inte ensam om att känna så här

# Att fråga om det någon skäms för

- Det är vanligt vid sjukdom att man kan uppleva minskad el ökad sexuell lust har det drabbat dig?
- En del upplever sexuella biverkningar av mediciner är det något som du haft problem med?

# Vad gör man om någon verkar bli sur/arg

- Undrar du varför jag frågar om detta?

Det gör jag för jag vet att när man har den här typen av problem som du har är det också vanligt att man får problem med sin sexualitet, sexuella lust, erektion eller lubrikation. Har detta drabbat dig finns det olika saker man kan göra för att underlätta/bota/stödja etc.

# Vilka ord

- De som känns bra för en själv?
- Vanliga svenska ord, penis, vulva, klitoris, slida etc.
- Träna gärna högt innan att formulera frågor.
- Tänk på tolken och att sexuella ord oftast inte ingår i svenskundervisningen

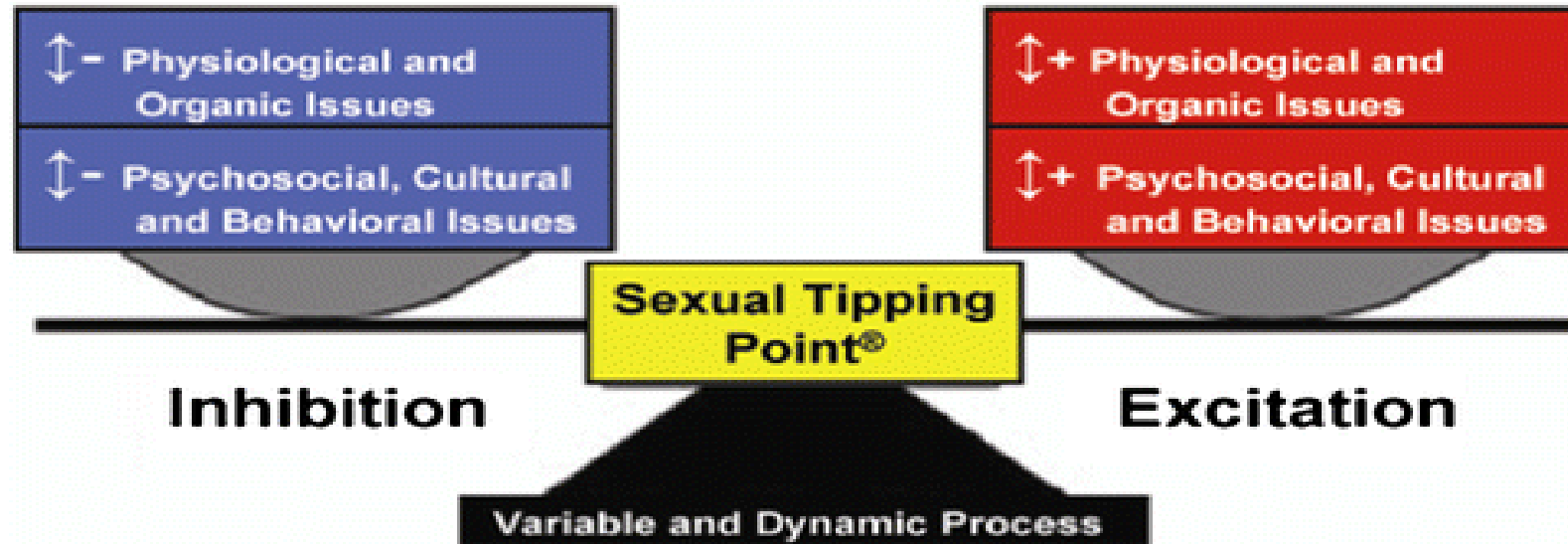
# Screening frågor

- Har du märkt någon förändring av din sexualitet sedan dina symtom började?
- Är du nöjd med din sexualitet?
- Har din partnerrelation påverkats av detta?

# Vad för man sedan

- Önskar du hjälp med detta?
- Jag återkommer till dig när...

# Dual Control Model



after Perelman (2006) *J Sex Med*, 3, 1004-1012

Pfaus, *J Sex Med*, 2009

# Vad kan man göra? Optimera funktion

**Ta bort lusthämmare** som depression, högt prolaktin, smärta

**Optimera hjärta kärl, för upphetsning**

Bra blodtryck, bra blodfetter

PDE hämmare

Östrogenkräm, glidkräm

**Vissa läkemedel påverkar sexualiteten negativt**

# Läkemedel

- **Antidepressiva av SSRI typ**

Tex Sertralin, Citalopram, försämrar orgasmförmåga och lust

Det finns alternativ såsom Mirtazepin, Valdoxan, Brintelix, Bupropion, eller tillägg av "Viagra", eller KBT för depression

- **Smärtstillande som innehåller morfin**

sänker testosteron och lust

# Se möjligheter

- Det finns många sätt att nå njutning
- Att undersöka nya vägar
- Nya ställningar
- Hjälpmedel

# Sexleksaker



*Tack*