

# Krabbameinsmeðferð - áhrif geislameðferðar og skurðaðgerðar á leggöng

Leggöng geta þrengst og styst hjá konum við innri- og ytri geislameðferð eða eftir skurðaðgerðir á kynfærum. Krabbameinslyfjameðferð getur einnig ýtt undir þessa aukaverkun. Meðal kvenna sem fara í beinmergsskipti getur svo nefndur graft-versus-host sjúkdómur (þegar græðlingur ræðst á eigin frumur) valdið örvefsmyndun í leggöngum sem þrengir þau. Ef leggöng þrengjast mikið eða lokast nær alveg er talað um samgróninga í leggöngum (vaginal stenosis).

## Orsakir og einkenni

Geislun getur skaðað slímhúð, blóðæðar og bandvef. Þegar slímhúðin grær, verður þykkun á bandvef og vöðvafrumum sem þrengir leggöngin. Hversu mikið leggöng breytast fer eftir gerð og umfangi geislameðferðar. Oftast kemur það ekki í ljós fyrr en við samfarir eða í kvenskoðun. Við skoðun sést að slímhúð í leggöngum hefur tapað teygjanleika. Ef þetta gerist getur það torveldað eða alveg komið í veg fyrir að hægt sé að hafa samfarir í leggöng og einnig verður ekki hægt að framkvæma kvenskoðun.

## Fyrirbygging og meðferð

Mögulegt er að fyrirbyggja eða meðhöndla þrengingar á leggöngum. Ráðlagt er að:

- Vikka leggöngin smám saman með því að nota sérútbúna plaststauta (vaginal dilators) af mismunandi stærð. Plaststautarnir eru frábrugðnir titrara (vibrator) að því leyti að þeir eru hannaðir til að viðhalda lengd og þvermáli legganga. Titrari er fyrst og fremst notaður á eða við snípinn til að efla kynferðislega ánægju og stuðla að fullnægingu. Notkun plaststauta getur aukið lengd og þvermál legganga um 1-2 cm (sjá fræðsluefni um notkun plaststauta).
- Nota ríkulega af sleipiefni, sjá nánar fræðsluefni: Sleipiefni og rakagefandi efni.
- Hafa reglulega samfarir, sé það mögulegt, en gæta sérstakrar varúðar. Nota stellingar þar sem limur kemst ekki langt inn eða þar sem konan getur passað vel upp á hversu langt inn hann kemst, til dæmis þegar konan situr ofan á eða hann liggur fyrir aftan hana á hlið. Þess vegna er samfarastellingin þar sem karlinn er ofan á síður hentug. Mikilvægt er að konan láti vita hvernig henni líður á meðan á kynmökum stendur. Þá eru minni líkur á að upp komi vítahringur sem getur fest sig í sessi. Með vítahring er átt við að ef konan finnur til við samfarir getur það valdið áhyggjum og verið kvíðavaldur síðar meir sem síðan ýtir undir sársauka næst þegar hafðar eru samfarir. Við sársauka við samfarir er best að hætta strax og prófa önnur atlot/gælur sem veita vellíðan.
- Tryggja næga kynferðislega örvun, gefa sér góðan tíma í forleik. Það getur verið hjálplegt að konan setji eigin fingur, eða fingur maka, inn í leggöng sem leið til að slaka betur á áður en prófað er að setja liminn inn.

Ef samgróningar í leggöngum koma í ljós eftir beinmergsskipti er oftast byrjað á staðbundinni meðferð með sterakremi.

## Hvert á að leita varðandi frekari upplýsingar og aðstoð

Hægt er að leita frekari upplýsinga og leiðbeininga hjá hjúkrunarfræðingum og læknum geisladeildar og sérfræðingi í kynheilbrigðishjúkrun og klíniskri kynfræði. Einnig geta sjúkrapjálfarar kennt æfingar sem slaka á grindarbotni og draga úr sársauka við samfarir. Læknar vísa konum til meðferðar hjá sérfræðingi í klíniskri kynfræði og sjúkrapjálfara eftir þörfum. Hægt er að panta viðtalstíma með því að:

- Biðja lækni eða hjúkrunarfræðinga á Landspítala að panta tíma.
- Hringja í síma 543 6800 (ritari geislamedferðardeild, Hringbraut) eða 543 6040 (ritari göngudeild lyflækninga, Fossvogi) og biðja um viðtal við sérfræðing í kynheilbrigðishjúkrun og klíniskri kynfræði.
- Senda sérfræðingi í kynheilbrigðishjúkrun tölvupóst á netfangið: [jonaijon@landspitali.is](mailto:jonaijon@landspitali.is).