

Η Σεξουαλικότητα των Ηλικιωμένων

Αικατερίνη Νούρη

Sexuality in Older Age

Abstract at the end of the article

Νοσηλεύτρια ΤΕ, ΜSc, Θεσσαλονίκη

Υποβλήθηκε: 19/12/2017
Επανυποβλήθηκε: 20/01/2018
Εγκρίθηκε: 21/02/2018

Υπεύθυνος αλληλογραφίας:

Αικατερίνη Νούρη, Εθνικής Αμύνης 6,
546 21 Θεσσαλονίκη
e-mail: katerina.nr@hotmail.com

Εισαγωγή: Το θέμα της σεξουαλικότητας στους ηλικιωμένους σε γενικές γραμμές είτε αγνοείται από την κοινωνία είτε αντιμετωπίζεται με δυσπιστία και χλευασμό. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια το θέμα έχει απασχολήσει τα μέσα μαζικής ενημέρωσης αλλά και την ερευνητική βιβλιογραφία. Θεωρείται πλέον επιβεβλημένο η κοινωνία να οδηγηθεί σε μία αποδοχή των ηλικιωμένων ως σεξουαλικών όντων, με ερωτικές επιθυμίες και ανάγκες. **Σκοπός:** Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι η ευαισθητοποίηση των νοσηλευτών σχετικά με τη σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων και τη σχέση άνοιας και σεξουαλικότητας. **Υλικό και Μέθοδος:** Έγινε αναζήτηση αγγλόφωνης βιβλιογραφίας στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Pubmed, web of Science, googlescholar, medline και CrossRef με τις λέξεις κλειδιά “sexuality, sexual behavior, old people, elderly, aged” και σε όλους τους πιθανούς συνδυασμούς με τη χρήση των λέξεων AND και OR από το 2003–2017. **Αποτελέσματα:** Από τη μελέτη που έγινε προέκυψε πως η σεξουαλική δραστηριότητα αποτελεί ανάγκη για μεγάλο ποσοστό των ηλικιωμένων συμπεριλαμβανομένων και των ατόμων με άνοια. Κυριότεροι παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική δραστηριότητα των ηλικιωμένων είναι η καλή υγεία και η ύπαρξη συντρόφου με ανάλογο ενδιαφέρον. Στις δομές φιλοξενίας ηλικιωμένων είναι δέον να λαμβάνεται μέριμνα για τη διευκόλυνση της κάλυψης σεξουαλικών αναγκών εφόσον οι ηλικιωμένοι το επιθυμούν. Στην πλειονότητα των ατόμων με άνοια το σεξουαλικό ενδιαφέρον ατονεί. Ωστόσο ένα ποσοστό αναπτύσσει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά. Ειδικές περιβαλλοντικές, συμπεριφορικές ή φαρμακευτικές παρεμβάσεις μπορούν να αποτρέψουν ακατάλληλες σεξουαλικές συμπεριφορές. **Συμπεράσματα-Προτάσεις:** Η έκφραση της σεξουαλικότητας στους ηλικιωμένους υπάρχει, είναι φυσική και αποτελεί ένα δικαίωμά τους που θα πρέπει να σέβεται η κοινωνία, οι συγγενείς τους αλλά και το νοσηλευτικό προσωπικό που τους φροντίζει. Τα άτομα με άνοια έχουν και αυτά τις ίδιες ανάγκες και δικαιώματα με όλους τους ηλικιωμένους και –φυσικά– όλους τους ανθρώπους. Έτσι, σε οίκους ευ-

γηρίας θα πρέπει να λαμβάνονται ειδικά μέτρα για τη διευκόλυνση των δραστηριοτήτων αυτών, και το περιβάλλον θα πρέπει να ενημερωθεί σχετικά με το πώς θα ενθαρρύνει τη φυσική αυτή δραστηριότητα αλλά και πώς θα αντιμετωπίζει περιπτώσεις που παρεκκλίνουν από την ανεκτή σε άλλους συμπεριφορά.

Λέξεις-ευρετηρίου: Σεξουαλικότητα, ηλικιωμένοι, ανάγκες, παράγοντες, άνοια, νοσηλευτές/τριες, ιατρικά σφάλματα, συνεργασία.

Εισαγωγή

Το θέμα της σεξουαλικότητας στους ηλικιωμένους σε γενικές γραμμές είτε αγνοείται από την κοινωνία είτε αντιμετωπίζεται με δυσπιστία και χλευασμό. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια το θέμα έχει σταθερή παρουσία στα μέσα μαζικής ενημέρωσης αλλά και στην ερευνητική βιβλιογραφία. Θεωρείται πλέον επιβεβλημένο, η κοινωνία να οδηγηθεί σε μία αποδοχή των ηλικιωμένων ως σεξουαλικών όντων, φθάνοντας σε μια πιο ολοκληρωμένη κατανόηση της σεξουαλικότητας και της ικανότητας να βιώνει το άτομο σεξουαλική εκπλήρωση, ενώ παράλληλα διαχειρίζεται τα πιθανά εμπόδια που επιβάλλει η γήρανση.

Σκοπός

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η ευαισθητοποίηση των νοσηλευτών σχετικά με τη σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων καθώς και τη σχέση άνοιας και σεξουαλικότητας

Υλικό και Μέθοδος

Έγινε αναζήτηση αγγλόφωνης βιβλιογραφίας στις ηλεκτρονικές βάσεις δεδομένων Pudmed, web of Science, googlescholar, medline και CrossRef με τις λέξεις κλειδιά "sexuality, sexual behavior, old people, elderly, aged" και σε όλους τους πιθανούς συνδυασμούς με τη χρήση των λέξεων AND και OR από το 2003–2017.

Αποτελέσματα

Σεξουαλικές ανάγκες των ηλικιωμένων

Η σεξουαλικότητα είναι μια από τις βασικές ανάγκες της ανθρώπινης ζωής. Αν και συχνά η σεξουαλική δραστηριότητα μειώνεται στους ηλικιωμένους, το σεξου-

αλικό τους ενδιαφέρον δεν ακολουθεί πάντα αυτή την τάση, όπως δείχνουν τα ερευνητικά δεδομένα.

Σε μια έρευνα των Lindau και Gavriloa,¹ βρέθηκε πως ακόμα και σε άτομα άνω των 75 ετών υπάρχει ενδιαφέρον για το σεξ, με διαφορές ωστόσο μεταξύ των φύλων (41,2% των ανδρών ηλικίας 75–85 δήλωσαν ενδιαφέρον για το σεξ σε σύγκριση με το 11,4% των γυναικών της ίδιας ηλικίας). Από τα αποτελέσματα της έρευνας πάντως φαίνεται ότι το ενδιαφέρον των ηλικιωμένων ανδρών αυξήθηκε τα τελευταία 10 χρόνια, πιθανώς λόγω των φαρμάκων για τη στυτική δυσλειτουργία (ED) που ξεκίνησε με το Viagra το 1998 και την πληθώρα ερευνών που αναδεικνύουν ότι τα φάρμακα αυτά είναι σχετικά ακίνδυνα. Το δείγμα για την έρευνα αποτέλεσαν οι βάσεις δεδομένων MIDUS και NSHAP με 3032 και 3005 συμμετέχοντες αντίστοιχα που συμπλήρωσαν σχετικά ερωτηματολόγια.

Με τα παραπάνω συμφωνούν οι Gott και Hinchliff,² που διερεύνησαν τη σημασία της σεξουαλικής ζωής για τους ηλικιωμένους με ερωτηματολόγια που συμπληρώθηκαν μετά από προσωπική συνέντευξη στο Ηνωμένο Βασίλειο (44 άτομα ηλικίας 50–92 ετών). Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας τα άτομα ηλικίας μεγαλύτερης των 70 ετών δίνουν λιγότερη σημασία στην ερωτική ζωή απ' ό,τι οι νεότερες ηλικίες.

Ήδη από τη δεκαετία του 1960 αναγνωρίστηκε ότι για τις διαταραχές της στυτικής λειτουργίας στους άνδρες βασικό ρόλο παίζουν ψυχολογικοί παράγοντες, και ότι η αποχή από το σεξ γηράσκει τον άνθρωπο.³ Οι Bauer et al προσθέτουν εδώ και το δικαίωμα του ανθρώπου για έκφραση της σεξουαλικότητας, ένα θέμα που άπτεται της ηθικής.⁴

Ο DeLamater⁵ αναφέρεται σε παλαιότερη έρευνα, όπου έγινε μετα-ανάλυση των αποτελεσμάτων του προγράμματος AARP (1999) σχετικά με τους ψυχολογικούς παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλικότητα σε ηλικιωμένους. Στην AARP το 76% των ερωτηθέντων

άνω των 65 ετών, άνδρες και γυναίκες, θεωρούν ότι η επιθυμία για σεξ μειώνεται στην προχωρημένη ηλικία. Ωστόσο, η μετα-ανάλυση έδειξε ότι όσοι απάντησαν θετικά στη θέση ότι το σεξ παίζει σημαντικό ρόλο στη ζωή τους, ήταν εκείνοι που είχαν την υψηλότερη επιθυμία για σεξ. Αντίθετα όσοι δήλωσαν ότι θα ήταν πιο ευτυχημένοι σε μια ζωή χωρίς σεξ, είχαν και χαμηλότερη επιθυμία. Η έρευνα ανέδειξε έτσι ως δεύτερο –μετά την ηλικία– σημαντικό παράγοντα που δρα θετικά ή αρνητικά στη σεξουαλική επιθυμία, τις στάσεις απέναντι στη σεξουαλικότητα στην ηλικία αυτή.⁶

Παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική δραστηριότητα στους ηλικιωμένους

Οι κύριοι παράγοντες που επηρεάζουν τη σεξουαλική ικανότητα στους ηλικιωμένους φαίνεται να είναι η καλή υγεία και η ύπαρξη συντρόφου, κυρίως για τη γυναίκα.¹

Οι Bell et al⁷ διεξήγαγαν συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση στο σύνολο των δημοσιεύσεων, από το 1806–2011, που αφορούν στο θέμα και εντόπισαν 5.652 έρευνες. Από αυτές οι 57 πληρούσαν τα ποσοτικά και ποιοτικά κριτήρια της μελέτης. Από τα αποτελέσματα της μελέτης φάνηκε ότι σταθεροί θετικοί παράγοντες για τη σεξουαλική δραστηριότητα των ηλικιωμένων ήταν η σεξουαλική ζωή που είχαν κατά τη διάρκεια της ζωής τους και το ενδιαφέρον του συντρόφου. Ως αρνητικοί παράγοντες αναφέρονται η στυτική δυσλειτουργία και η έλλειψη συντρόφου. Ωστόσο, όπως και οι ίδιοι οι συγγραφείς παρατηρούν, οι εργασίες περιορίζονταν στον ορισμό της σεξουαλικότητας μόνο ως πράξη της σεξουαλικής διείσδυσης και δεν περιελάμβαναν άλλες εκφάνσεις της σεξουαλικότητας. Επίσης, οι εργασίες δεν διέκριναν διαφορές μεταξύ ηλικιών όπως 60–70, 70–79 και 80 και άνω.

Ο DeLamater⁵ αντίθετα συμπεριέλαβε στη βιβλιογραφική του ανασκόπηση και μορφές σεξουαλικότητας όπως ο αυνανισμός, το στοματικό και πρωκτικό σεξ. Τα δεδομένα του τα άντλησε από 3 ερευνητικά προγράμματα, τα AARP (2010), NSHP (2009) και the National Survey of Sexual Health and Behavior (2009) και τις σχετικές δημοσιεύσεις.

Η έκφραση της σεξουαλικότητας σε μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων – Σεξουαλικότητα και άνοια

Όπως αναφέραμε παραπάνω, ένας από τους επαγγελματικούς χώρους για νοσηλεύτες/νοσηλεύτριες είναι οι οικίοι ευγηρίας και οι μονάδες φροντίδας ηλικιωμένων.

Θα αναφερθούμε εδώ ιδιαιτέρως σε μία ξεχωριστή περίπτωση, στη σεξουαλική ζωή ατόμων με άνοια, διότι συχνά οι επαγγελματίες καλούνται να αντιμετωπίσουν συμπεριφορές που βρίσκονται στην «κόψη» μεταξύ φυσιολογικής και παρεκκλίνουσας, και θα πρέπει να είναι πληροφορημένοι σχετικά και οι ίδιοι αλλά και να ενημερώνουν τους συγγενείς και άλλους φροντιστές αυτών των ατόμων.

Οι de Georgi και Series⁸ αναφέρουν ότι στα άτομα με άνοια η σεξουαλική συμπεριφορά αλλάζει. Στο 80% των περιπτώσεων το ενδιαφέρον για το θέμα ατονεί. Ωστόσο, ένα 7–25% αναπτύσσει ακατάλληλη σεξουαλική συμπεριφορά που μπορεί να θέσει σε σωματικό κίνδυνο τον πάσχοντα (π.χ. αυτοτραυματισμός από τον υπερβολικό αυνανισμό), αλλά και να φέρει σε δύσκολη θέση ή/και να ενοχλεί συγγενείς, άλλους τροφίμους και τους φροντιστές που φέρουν την ευθύνη για όλους τους τροφίμους. Ως αιτιολογία για την ανάρμοστη αυτή συμπεριφορά οι συγγραφείς αναφέρουν νευροβιολογικούς και ψυχοκοινωνικούς παράγοντες, τη λήψη φαρμάκων αλλά και την έλλειψη συντρόφου. Τέλος τονίζουν ότι αν μια συμπεριφορά χαρακτηριστεί ανεπιθύμητη ή όχι, αυτό κάποιες φορές μπορεί να οφείλεται και σε παρεξήγηση (π.χ. ασθενής που μπήκε στο κρεβάτι άλλου τροφίμου ζητούσε στην πραγματικότητα απλώς τρυφερότητα και ανθρώπινη επαφή).

Για να ορίσουν οι συγγραφείς⁸ τα κατάλληλα μέτρα αντιμετώπισης της ακατάλληλης σεξουαλικής συμπεριφοράς βασίστηκαν σε βιβλιογραφική μελέτη για σχετικές δημοσιεύσεις (μέχρι το 2016) που έκαναν στις βάσεις MEDLINE, Google Scholar, Cochrane Library. Από τα αποτελέσματα της μελέτης οδηγήθηκαν στα κάτωθι συμπεράσματα για την αντιμετώπιση της ακατάλληλης συμπεριφοράς:

Μη φαρμακολογική αγωγή σε επίπεδο

- Περιβάλλοντος (π.χ. μονό δωμάτιο για την εξασφάλιση ιδιωτικότητας)
- Συμπεριφοράς (π.χ. επαρκείς δραστηριότητες που κρατούν τα χέρια απασχολημένα, εκπαίδευση των νοσηλευτών που θα δίνει έμφαση αφενός στο δικαίωμα για φυσιολογική σεξουαλική ζωή αποτρέποντας παράλληλα την ακατάλληλη συμπεριφορά).

Φαρμακευτική αγωγή η οποία όμως προτείνεται ως τελευταία λύση:

- Αγχολυτικά
- Αντικαταθλιπτικά

- Αντιψυχωσικά
- Αντισπασμωδικά
- Ορμόνες
- Μπλοκάρισμα της χοληστερόλης
- Βήτα αποκλειστές ή
- Ένας συνδυασμός φαρμάκων.

Θα πρέπει να τονισθεί ότι η οποιαδήποτε φαρμακευτική αγωγή θα πρέπει να δίνεται με φειδώ, να δίδεται επαρκής χρόνος κατά τη μετάβαση από το ένα φάρμακο στο άλλο και η χρήση τους να παρακολουθείται επαρκώς.

Συμπεράσματα-Προτάσεις

Η παραπάνω βιβλιογραφική ανασκόπηση μάς οδηγεί στο συμπέρασμα ότι η έκφραση της σεξουαλικότητας στους ηλικιωμένους υπάρχει, είναι φυσική και αποτελεί

ένα δικαίωμά τους που θα πρέπει να σέβεται η κοινωνία, οι συγγενείς τους αλλά και το νοσηλευτικό προσωπικό που τους φροντίζει. Εξάλλου και τα άτομα με άνοια έχουν και αυτά τις ίδιες ανάγκες και δικαιώματα με όλους τους ηλικιωμένους και –φυσικά– όλους τους ανθρώπους.

Ειδικότερα οι επαγγελματίες υγείας θα πρέπει να εκπαιδεύονται σχετικά, ώστε να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν όλες τις εκφάνσεις της δραστηριότητας αυτής των ηλικιωμένων σε όλους τους επαγγελματικούς τους χώρους.

Έτσι, σε οίκους ευγηρίας θα πρέπει να λαμβάνονται ειδικά μέτρα για την διευκόλυνση των δραστηριοτήτων αυτών, και το περιβάλλον θα πρέπει να ενημερωθεί σχετικά με το πώς θα ενθαρρύνει τη φυσική αυτή δραστηριότητα αλλά και πώς θα αντιμετωπίζει περιπτώσεις που παρεκκλίνουν από την ανεκτή σε άλλους συμπεριφορά.

ABSTRACT

Sexuality in Older Age

Aikaterini Nouri

Nurse, MSc, Thessaloniki, Greece

Introduction: The issue of sexuality in the elderly was generally unaware of society or, even worse, it was treated with mistrust and mockery. However, in the last few years the issue has a steady presence in the media as well as in the research literature. Perhaps this is how society leads to an acceptance of the elderly as a sexual being, reaching a more comprehensive understanding of sexuality and the ability to experience sexual fulfillment while managing the potential obstacles that aging. **Purpose:** The purpose of this paper is to investigate the recent Greek and international literature on the sexuality of the elderly, as well as the dementia aspect of sexuality at that age. **Material and Method:** English-language bibliography was searched in the online Pudmed, web of Science, googlescholar, medline and CrossRef databases with the keywords "sexuality, age, aged" and all possible combinations using AND and OR from 2003-2017. **Results:** The study showed that sexual life is a need for a large proportion of the elderly, including people with dementia. However, society is not sufficiently informed about this, but the structures hosting the elderly do not adequately cover the issue. Care must therefore be taken to ensure that these needs are adequately covered and that information is available to society. In particular, health professionals should be trained in order to be able to cope with all aspects of this activity of the elderly in all their professional settings. **Conclusions-Proposals:** The above bibliographic review leads us to the conclusion that the expression of sexuality in the elderly exists, is natural and is a right that society, relatives and nursing staff have to respect. In addition, people with dementia also have these same needs and rights with all the elderly and - of course - all the people. Thus, in nursing homes special measures should be taken to facilitate these activities, and the environment should be informed about how to encourage this physical activity but also how to deal with situations that deviate from otherwise tolerable behaviors.

Key-words: *Sexuality, the elderly, needs, factors, dementia, nurses.*

✉ **Corresponding Author:** Aikaterini Nouri, 6 Ethnikis Aminis street, GR-546 21 Thessaloniki, Greece, e-mail: katerina.nr@hotmail.com

Βιβλιογραφία

1. Lindau ST, Gavrilova N. Sex, health, and years of sexually active life gained due to good health: evidence from two US population based cross sectional surveys of ageing, *BMJ* 2010, 340: 810 Available at <http://www.bmj.com/content/340/bmj.c810>. Assessed 21.12.2017
2. Gott M, Hinchliff S. How important is sex in later life? The views of older people. *Soc Sci Med* 2003, 56:161–128
3. Katz S, Marshall B. New sex for old: lifestyle, consumerism, and the ethics of aging well. *J Aging Stud* 2003,17:3–16
4. Bauer M, Fetherstonhaugh D, Tarzia L, Nay R, Beattie E. Supporting residents' expression of sexuality: the initial construction of a sexuality assessment tool for residential aged care facilities. *BMC Geriatrics*, 2014, 14: 82. Available at <https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/track/pdf/10.1186/1471-2318-14-82?site=bmcgeriatr.biomedcentral.com>. Assessed 21.12.2017
5. DeLamater J, Koepsel E. Relationships and sexual expression in later life: a biopsychosocial perspective. *Sex Relationship Ther* 2015, 30:1, 37–59
6. American Association of Retired Persons (AARP). *Modern Maturity Sexuality Life*. 1999, Washington
7. Bell S, Elke D, Reissing ED, Henry LA, VanZuylen H. Sexual Activity After 60: A Systematic Review of Associated Factors. *Sex Med Rev* 2017, 5:52–80
8. De Giorgi R, Series H. Treatment of Inappropriate Sexual Behavior in Dementia. *Curr Treat Options Neurol* 2016, 18: 41 Available at https://www.researchgate.net/publication/306051908_Treatment_of_Inappropriate_Sexual_Behavior_in_Dementia. Assessed 22.12.2017