

## Kronik Hastalıkların Ruhsal ve Cinsel Etkileri

Kronik hastalıklarda erken teşhis ve tedavi yöntemlerinin gelişmesi sayesinde hastaların yaşam süresinin uzaması konusunda önemli adımlar atılmıştır ancak hastalıkla mücadelede, yalnızca hastanın yaşamını kurtarmak değil, yaşam kalitesini arttırmak da önemli bir gerekliliktir. Yaşam kalitesi, kişinin ruhsal, fiziksel ve cinsel sağlığının iyi olmasıyla en üst düzeye çıkabilir. Dolayısıyla kronik hastalık nedeniyle düşen yaşam kalitesinin yükseltilmesi için kişinin ruhsal, ilişkisel ve cinsel yaşamının tatmin edici ve mutlu edici olması büyük önem taşır. Bu açıdan bakıldığında cinselliğin sürdürülmesi sağlıklı kişilerde olduğu gibi kronik hastalıkları olanlarda da önemli bir konudur.

### KRONİK HASTALIKLARIN RUHSAL ETKİLERİ

Yaşamsal organlarla ilişkili kronik bir hastalığın teşhis ve tedavisi sürecinde kişinin duygusal dünyası karmakarışık olur. Kronik hastalıklar, beden sağlığının yanı sıra ruh sağlığını da bozarak depresyon, panik atak ve anksiyete gibi psikolojik rahatsızlıklara yol açabilir. Çünkü çoğu kişi, kronik hastalıkları yaşamına yönelik bir tehdit olarak algılar ve hastalıkla birlikte oluşan yeni hayat şartlarına uyum sağlamakta zorlanırlar. Dolayısıyla bu kişilerin genellikle verdiği ilk tepki hastalığı kabullenmemek ve inkâr etmektir. Hastalığın fiziksel belirtilerinin yaşanmasıyla birlikte inkarın yerini kızgınlık ve öfke alır. Kendisine sürekli cevabı olmayan “Neden benim başıma geldi?” sorusunu sorarak çaresizlik ve umutsuzluk içinde olan kişi, kızgın, sinirli, anlayışsız ve saldırgan bir duruma gelebilir. Zaman içinde durumu kabullenmeye başlasa da depresyon, panik atak ve anksiyete gibi ruhsal sorunlar yaşayabilir. Bu nedenle hem kişinin ruh sağlığının korunması hem de ruhsal sorunların kronik hastalığın seyrindeki olumsuz etkilerinin önlenmesi için fiziksel tedavi, psikolojik destek süreçleriyle birlikte yürütülmelidir.

### KRONİK HASTALIKLARIN CİNSELLİĞE ETKİLERİ

Kronik hastalıkları olanların karşılaştıkları cinsel sorunlar, yaşanan anksiyete ve depresyonun bir sonucu olabileceği gibi sürekli ilaç kullanımının ya da uygulanan diğer tedavi yöntemlerinin yan etkileriyle ortaya çıkan cinsel işlev bozuklukları da olabilir. Cinsel işlev bozukluğu, cinsel yanıt döngüsünün istek, uyarılma, orgazm ve cinsel doyum evrelerindeki fizyolojik aşamalardan bir veya birkaçının bozulması olarak tanımlanır. Bu dönemde cinsel isteğin azalması ya da tamamen kaybolması sık rastlanan bir durumdur. Bunun birincil nedeni ölüm korkusu, gelecek kaygısı ve tedavinin verdiği rahatsızlıkların kişiyi hem fiziksel hem de ruhsal açıdan yıpratarak cinselliği düşünemeyecek hâle getirmesidir. Ayrıca kullanılan ilaçlar, uygulanan tedavi yöntemleri, nörolojik, endokrinolojik, iskelet ve kas sistemlerine bağlı değişiklikler, özellikle kanser hastalarında kemoterapi ve radyoterapi gibi uygulamalar, bulantı, kusma, iştahsızlık, hâlsizlik, yorgunluk gibi çok sayıda fiziksel rahatsızlığın yanı sıra hormon düzeyinde değişikliklere neden olarak, cinsel arzu ve ilgide azalmaya yol açabilir. Hastalık yüzünden kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığının bozulması ve vücudundaki değişiklikler sonucunda oluşan olumsuz beden algısı, benlik saygısını da olumsuz etkiler. Cinsel kimlik üzerinde doğrudan etkisi olan beden algısı ve benlik saygısı, cinsel işlev ile fiziksel ve duygusal bir etkileşim içindedir. Kişinin vücudunu beğenmemesi, hatta vücudundan utanması, kendini özürle gibi hissetmesi, cinsel çekiciliğini kaybettiğini düşünmesi, cinsellikten uzaklaşmasına neden olabilir. Kronik hastalıklarda uygulanan tedavilerin yan etkileri kadınlarda âdet kesilmesine veya düzensizliğine yol açarak erken menopoz belirtilerine yol açabilir. Bunun sonucunda vajinada incelme, doku esnekliğinin azalması ve vajinal kuruluk nedeniyle cinsel ilişki sırasında ağrı, cinsel isteksizlik ve orgazm olamama gibi cinsel işlev bozuklukları ortaya çıkabilir. Erkeklerde ise sürekli kullanılan ilaçlar ve bazı tedavi yöntemleri cinsel isteksizlik, erken boşalma ve sertleşme sorunlarına yol açabilir.

### KRONİK HASTALIKLARIN ÇİFT İLİŞKİLERİNE ETKİLERİ

Kronik hastalıklarda hastalığın tedavi edilmesine odaklanılması nedeniyle cinsel işlevlerin sürdürülmesi ve cinsel bozukluklar çoğunlukla göz ardı edilir. Ayrıca hastalar ve eşleri bu süreçte

cinsellik konusunu gündeme getirmekten çekinirler. Kronik hastalığı olan kişilerin sevgiye, anlayışa, güvene, şefkate ve değer görmeye ihtiyaçları çok daha fazladır. Bu durumdaki bir kişi, hastalığın bedeninde oluşturduğu tüm değişikliklerden sonra, eşinin onu sevmeye, çekici bulmaya devam edip etmediğini bilmek ve daha önemlisi bunu ondan duymak ister. Yaşadığı cinsel isteksizlik yüzünden eşinin ondan uzaklaşacağını ve onu aldatabileceğini düşünür. Çiftin içinde bulunduğu ruhsal durum aralarındaki duygusal ve cinsel bağı zedeleyebilir. Kronik hastalığı olan bir kişinin eşi için de durum hiç kolay değildir. Eşini kaybetme korkusu, tedavi sürecinde yaşanan zorluklar, eşinin üzüldüğünü ve acı çektiğini görmek onun da psikolojisini bozar. Kendisi bu zor durumla baş etmeye çalışırken, eşini destekleme konusunda zorlanabilir ve o da depresyon, anksiyete ya da panik atak gibi ruhsal sorunlar yaşayabilir. Cinsellik açısından da eşinin bedeninde meydana gelen değişikliklere uyum sağlaması zaman alabilir. Cinsel ilişkiye hazır olmadığını veya cinsel ilişkinin eşine zarar vereceğini düşündüğü ya da artık onu çekici bulmadığı için cinsel isteksizlik yaşayabilir. Bu nedenle hem psikolojik hem de cinsel desteğe ihtiyaç duyabilecekleri için cinsel terapi almaları gerekebilir. Böylece cinselliğin yalnızca cinsel birleşmeden ibaret olmadığını farkında olarak, birbirlerine dokunarak, birlikte fanteziler kurarak ve mastürbasyon yaparak cinsel yaşamlarına devam edebilirler.

---

Yayınlanma tarihi: 04.05.2018

Makale adresi: <http://www.cemkece.com.tr/m-kronik-hastaliklarin-ruhsal-ve-cinsel-etkileri.html>

---

Web : <http://www.cemkece.com.tr>

Facebook: <http://facebook.com/drcemkece>

Twitter: <http://twitter.com/drcemkece>

Google+: <https://plus.google.com/114707731481596974039>

Instagram: <http://instagram.com/drcemkece>

Youtube: <http://youtube.com/user/cisedorgtr>

RSS: <http://feeds.feedburner.com/drcemkece>