

Herstel en verwerking: Zelfmanagement: Zwangerschap, anticonceptie, seksualiteit en overgang

Zwangerschap, anticonceptie, seksualiteit en overgang

Zwangerschap en anticonceptie Het is belangrijk een zwangerschap te voorkomen, zeker tijdens de behandelingen. Voor een baby in de buik, jonger dan 3 maanden is chemotherapie of hormoontherapie schadelijk.

Als een zwangere vrouw borstkanker blijkt te hebben, wordt ervoor gezorgd dat de baby zo min mogelijk te lijden heeft van de behandelingen. Als het mogelijk is, wordt met de behandeling gewacht tot 3 maanden na de conceptie. Soms is het beter geen borstvoeding te geven, zodat de jonge moeder meteen na de bevalling kan beginnen met haar behandeling.

Vruchtbaarheid Chemotherapie kan onvruchtbaarheid veroorzaken. Om de kans op kinderen krijgen na de behandeling te vergroten is het aan te bevelen van te voren eicellen te laten invriezen.

Welke anticonceptie? Overleg met je huisarts of behandelend specialist wat je het best kunt doen om een zwangerschap tegen te gaan. De pil en het spiraaltje werken met hormonen. Die zijn dus meestal niet geschikt omdat hormonen vaak een rol spelen bij tumorgroei. Het makkelijkste is als één van beide partners een condoom gebruikt.

Advies: Bespreek met je oncoloog, je huisarts of je verpleegkundige wat voor jou de beste methode is om een zwangerschap te voorkomen. En denk vooral aan de mogelijkheid van sterilisatie als je gezin al compleet is. Dit is slechts een kleine ingreep die de kwaliteit van je leven sterk kan verbeteren.

Seksualiteit en intimiteit Meer dan de helft van de vrouwen met borstkanker ervaart seksuele problemen en intimiteitsproblemen na de behandelingen. Na chirurgische behandelingen en tijdens chemotherapie en hormoontherapie kan de zin in seks sterk verminderen.

Hoe pak je samen met je partner de draad weer op? Is hij of zij bereid hier samen met jou over na te denken?

Aarzel niet dit onderwerp ook bij controles aan te kaarten. Seksualiteit is een belangrijk onderdeel van de kwaliteit van leven. Er is niet één oplossing, er zijn er vele. Zoek samen, geholpen door tips en informatie, naar jullie manier om weer goed tot elkaar te komen.

Gevoelige plaatsen bij lichamelijk contact zijn: de operatiewond, het gevoelloze operatiegebied, een geamputeerde borst, een gereconstrueerde borst, een droge vagina, een slecht werkende en pijnlijke arm en schouder. Verken deze plaatsen samen, hoe moeilijk het ook is.

Neem ruim de tijd en probeer samen toe te werken naar een nieuw begin. Als je adviezen en praktische tips nodig hebt, vraag dat dan aan een psychosociale hulpverlener in het ziekenhuis, die verstand heeft van

seksuologie.

Overgang Borstkankerpatiënten raken vaak door de medicijnen vervroegd in de overgang en krijgen dan overgangsklachten, zoals opvliegers en slapeloosheid.

Gelukkig zijn er voorbeelden van vrouwen, die na deze intensieve periode van behandeling en herstel toch nog een baby krijgen. Dat komt omdat het lichaam na verloop van tijd weer normaal gaat functioneren en de menstruatie terugkeert.

Extra hulp bij overgangsklachten en seksualiteit is aan te raden. Vraag er naar!