

Αλλαγές στη σεξουαλικότητα και τη σεξουαλική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της κύησης

Κ. Ζαχαρής¹, Σ. Κραββαρίτης¹, Ε. Λιάκου², Δ. Κυριλλίδη², Ε. Χρυσάφοπούλου¹, Θ. Χαρίτος¹, Α. Φούκα¹

¹ Μαιευτική-Γυναικολογική Κλινική και ² Παιδιατρική Κλινική, Γενικό Νοσοκομείο Λαμίας, Λαμία

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η σεξουαλικότητα και η σεξουαλική δραστηριότητα μεταβάλλονται κατά τη διάρκεια της κύησης, υπό την επίδραση βιολογικών, ψυχολογικών καθώς και κοινωνικών παραγόντων. Σκοπός της παρούσας μελέτης ήταν να αξιολογήσει τις σεξουαλικές εμπειρίες των γυναικών κατά τη διάρκεια των τριών τριμήνων της κύησης και να προσδιορίσει τις επιρροές της κύησης στη σεξουαλική τους ζωή. Στις γυναίκες δόθηκαν ερωτηματολόγια για να συμπληρώσουν ανώνυμα και να τα επιστρέψουν σε κουτί που υπήρχε στην κλινική. Από τη μελέτη μας συμπεραίνουμε ότι η συχνότητα των σεξουαλικών επαφών μειώνεται στη διάρκεια της κύησης. Η ελάττωση της επιθυμίας για σεξουαλική επαφή παρατηρήθηκε τόσο στις γυναίκες όσο και στους συντρόφους τους. Επίσης, η απόλαυση της σεξουαλικής επαφής μειώθηκε καθώς προχωρούσε η κύηση. Ως εκ τούτου, το ιατρικό προσωπικό πρέπει να συζητά και να συμβουλεύει τα ζευγάρια σχετικά με τη σεξουαλική δραστηριότητα στη διάρκεια της κύησης.



Λέξεις ευρετηρίου: σεξουαλική δραστηριότητα, σεξουαλικότητα, κύηση



Παραπομπή

Κ. Ζαχαρής, Σ. Κραββαρίτης, Ε. Λιάκου, Δ. Κυριλλίδη, Ε. Χρυσάφοπούλου, Θ. Χαρίτος, Α. Φούκα. Αλλαγές στη σεξουαλικότητα και τη σεξουαλική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της κύησης. *Επιστημονικά Χρονικά* 2019; 24(2): 228-234

eoι: <http://eoι.citefactor.org/10.11212/exronika/2019.2.9>

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η κύηση είναι μια περίοδος σωματικών και ψυχολογικών αλλαγών και σε συνδυασμό με συναισθηματικές, κοινωνικές και πολιτισμικές επιδράσεις, μπορεί να

επιηρεάσει τη σεξουαλικότητα της γυναίκας και κατ' επέκταση τη σεξουαλική δραστηριότητα του ζευγαριού στη διάρκειά της [1-2]. Συχνά, ιατροί και μαιές χρειάζεται

να δώσουν συμβουλές στις έγκυες και στους συντρόφους τους σχετικά με τις ενδεχόμενες αλλαγές στην κήση [3].

Σκοπός της παρούσας εργασίας είναι να προσδιορίσει τις σεξουαλικές συνήθειες των γυναικών κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και να αποτυπώσει τις τυχόν διαφοροποιήσεις στη σεξουαλική τους δραστηριότητα εκτός κήσης.

ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΣ

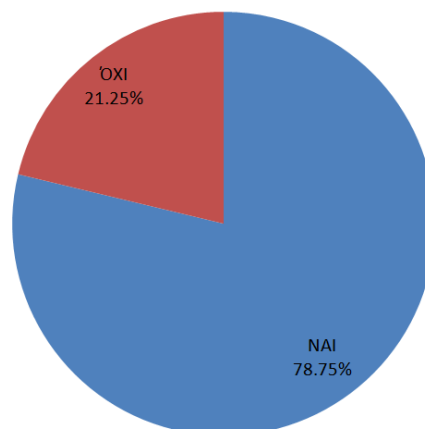
Κατά τη χρονική περίοδο Ιανουάριος - Μάιος 2018, 80 λεχώιδες συμπλήρωσαν ένα ανώνυμο έντυπο κατά την έξοδο τους από τη Μαιευτική κλινική του Γενικού Νοσοκομείου Λαμίας. Το ερωτηματολόγιο περιελάμβανε δημογραφικά στοιχεία, και ερωτήσεις κλειστού τύπου σχετικά με τη σεξουαλικότητά τους και τη σεξουαλική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της κήσης. Ακολούθησε στατιστική ανάλυση των απαντήσεων καθώς και συσχέτιση μεταξύ των.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Στο ερωτηματολόγιο απάντησαν 80 γυναίκες ηλικίας 15-47 χρόνων, με μέσο όρο ηλικίας τα 28 έτη, ενώ το ηλικιακό εύρος των συντρόφων τους ήταν από 15 έως 51 έτη. Για 39 γυναίκες (48,75%) ήταν η πρώτη τους εγκυμοσύνη, για 26 ήταν η δεύτερη κήση (32,5%), ενώ 13 διένυαν την τρίτη τους εγκυμοσύνη (16,25%) και μόνο δύο (2,5%) είχαν ήδη τρία ή περισσότερα παιδιά.

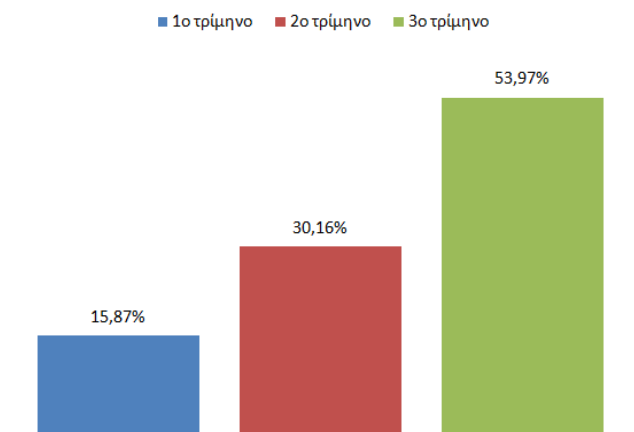
Από τις 80 λεχώιδες, οι 63, ποσοστό 78,75%, απάντησαν ότι είχαν σεξουαλικές επαφές κατά την κήση (Γράφημα 1). Εξ'

ΤΟΜΟΣ 24^{ος} - ΤΕΥΧΟΣ 2 - 2019



Γράφημα 1. Σεξουαλικές επαφές κατά τη διάρκεια της κήσης

αυτών, οι 52 δήλωσαν ότι μειώθηκε η συχνότητα των επαφών τους, ποσοστό 82,54%. Ανάμεσα στις 63 γυναίκες, το 15,87% είχαν σεξουαλικές επαφές μόνο στο πρώτο τρίμηνο της κήσης, το 30,16% είχε επαφές και κατά το δεύτερο τρίμηνο, ενώ επαφές καθ' όλη τη διάρκεια της κήσης δήλωσε το 53,97% (Γράφημα 2).



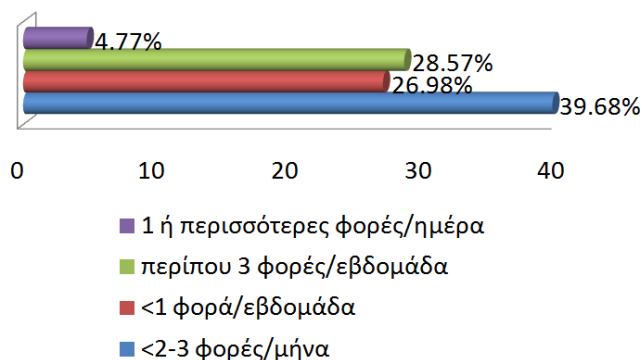
Γράφημα 2. Σεξουαλικές επαφές ανά τρίμηνο της κήσης

Αξίζει να σημειωθεί ότι 11 λεχώιδες (17,46%) δεν παρατήρησαν καμία αλλαγή στην τακτικότητα των επαφών τους, εκ των οποίων οι 8 ήταν πρωτοτόκες. Αντιθέτως, το

ποσοστό των λεχωίδων που δήλωσαν ότι δεν είχαν σεξουαλικές επαφές ήταν 21,25%. Από αυτές το 64,70% απάντησε ότι μειώθηκε η διάθεσή τους για σεξουαλική επαφή, ενώ η επιθυμία του συντρόφου τους μειώθηκε κατά 47%.

Στη συνέχεια, η συχνότητα των σεξουαλικών επαφών ομαδοποιήθηκε ως εξής (Γράφημα 3):

- 1 ή περισσότερες φορές/ημέρα (4,77%)
- περίπου 3 φορές/ εβδομάδα (28,57%)
- <1 φορά/ εβδομάδα (26,98%)
- <2-3 φορές/μήνα (39,68%)



Γράφημα 3. Συχνότητα σεξουαλικών επαφών κατά τη διάρκεια της κύησης

Στο είδος των επαφών τα ποσοστά διαμορφώθηκαν όπως αναγράφονται στον πίνακα που ακολουθεί (Πίνακας 1).

Είδος σεξουαλικών επαφών	Ποσοστό (%)
Αποκλειστικά κολπική επαφή	77,77%
Κολπική και από του στόματος επαφή	11,11%
Κολπική και πρωκτική επαφή	3,18%
Κολπική, πρωκτική και από του στόματος επαφή	3,18%
Άλλου είδους επαφή (αμοιβαίος αυνανισμός, χάδια)	4,76%

Πίνακας 1. Είδος σεξουαλικών επαφών κατά τη διάρκεια της κύησης.

Οι γυναίκες που είχαν σεξουαλικές επαφές κατά τη διάρκεια της κύησης, όταν ερωτήθηκαν για τη χρήση προφυλακτικού κατά τις επαφές απάντησαν ότι δεν χρησιμοποιούσαν σε ποσοστό 85,71%. Τέλος, στην ερώτηση για την απόλαυση κατά την επαφή, το ποσοστό των γυναικών που απάντησε ότι απολάμβανε τη σεξουαλική επαφή περισσότερο κατά την κύηση ήταν 19,04%, ενώ λιγότερη απόλαυση δήλωσε το 52,38%. Καμία διαφορά στην απόλαυση συγκριτικά με τις επαφές εκτός κύησης απάντησε το 28,58%.

Αναλύοντας τα αποτελέσματα της μελέτης μας παρατηρούμε ότι, η γυναίκα εξακολουθεί να έχει σεξουαλικές επαφές κατά τη διάρκεια της κύησης, αν και μειώνεται αισθητά τόσο επιθυμία της όσο και η συχνότητα των επαφών της. Επίσης, παρατηρούμε ότι δε φοβάται να έχει σεξουαλική επαφή έως και το τέλος της κύησης και να επιλέγει την κολπική επαφή. Τέλος, παρατηρείται ότι, η μείωση της συχνότητας των επαφών δεν επηρεάστηκε από τον τόκο, καθώς τόσο οι πρωτότοκες όσο και οι πολύτοκες συμπεριφέρονται εξίσου.

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Η εγκυμοσύνη είναι μια κατάσταση που έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ποιότητα των σεξουαλικών σχέσεων μεταξύ των ζευγαριών. Η φυσιολογική σεξουαλική ζωή κατά τη διάρκεια της κύησης αποτελεί κλειδί ώστε το ζευγάρι να εξελιχθεί από σύντροφοι σε γονείς. Μελέτες έχουν δείξει ότι, υπάρχει αρνητική σχέση μεταξύ κύησης και σεξουαλικής δραστηριότητας [4], γεγονός που επιβεβαιώθηκε και από τα αποτελέσματα της έρευνάς μας.

Η σεξουαλική δραστηριότητα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μπορεί να επηρεάζεται από φυσικούς παράγοντες, όπως η οσφυαλγία, το άλγος των κάτω άκρων, οι κράμπες και η δυσκοιλιότητα, καθώς και από παράγοντες όπως η ηλικία της εγκύου, το μορφωτικό επίπεδο και η ηλικία κύησης [5]. Από την άλλη πλευρά, μία μελέτη στην οποία διερευνήθηκε ο αντίκτυπος της επίγνωσης της εγκυμοσύνης στη σεξουαλική δραστηριότητα κατά το πρώτο τρίμηνο, έδειξε σημαντικά χαμηλότερη συχνότητα σεξουαλικής δραστηριότητας στις γυναίκες που είχαν προηγουμένως συνειδητοποιήσει την εγκυμοσύνη τους σε σύγκριση με εκείνες που την αγνοούσαν [6].

Πριν από την κύηση, τα ζευγάρια δεν πληροφορούνται σχετικά με τους τρόπους με τους οποίους μπορούν να διαχειριστούν τη σεξουαλική τους ζωή και να ικανοποιήσουν τις σεξουαλικές τους ανάγκες κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Παράλληλα, οι ιατροί και οι μαίες δεν αξιολογούν

συστηματικά τη σεξουαλική υγεία των εγκύων και των συντρόφων τους [7].

Επομένως, τα προγράμματα σεξουαλικής εκπαίδευσης αποτελούν πρόκληση για τους κλινικούς ιατρούς με συντηρητική κουλτούρα προς τη σεξουαλικότητα. Η ατομική και πρόσωπο με πρόσωπο σεξουαλική εκπαίδευση των ζευγαριών που περιμένουν ένα παιδί είναι αποτελεσματική για τη σεξουαλική τους ευημερία κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και της λοχείας. Συγκεκριμένα, έχει αποδειχθεί ότι τα ζευγάρια που συμμετείχαν σε αυτά τα εκπαιδευτικά προγράμματα, βελτίωσαν τη σεξουαλική τους ζωή, τόσο τη συχνότητα των επαφών τους, όσο και την ικανοποίησή τους [7].

Σύμφωνα με τα παραπάνω συμπεραίνουμε ότι οι ιατροί αλλά και οι άλλοι επαγγελματίες υγείας στον τομέα της μαιευτικής (μαίες, βοηθοί μητρότητας) θα πρέπει να παρέχουν πληροφορίες σχετικά με τις ψυχολογικές και σεξουαλικές μεταβολές που μπορεί να παρουσιαστούν στη διάρκεια της κύησης [8-10]. Τα ζευγάρια από την πλευρά τους, είναι σημαντικό, να κατανοήσουν τις φυσιολογικές διακυμάνσεις του σεξουαλικού ενδιαφέροντος και τη σταδιακή ελάττωση της σεξουαλικής επιθυμίας. Η εξατομικευμένη συμβουλευτική πρέπει να διενεργείται από εξειδικευμένο προσωπικό με σκοπό, τόσο την προστασία της κύησης, όσο και την ελαχιστοποίηση του άγχους σχετικά με τη σεξουαλική τους ζωή [11-13].

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Bartellas E, Crane JM, Daley M, Bennett KA, Hutchens D. Sexuality and sexual activity in pregnancy. *BJOG* 2000;107:964-8.
2. Gökyildiz S, Beji NK. The effects of pregnancy on sexual life.. *J Sex Marital Ther.* 2005 May-Jun;31(3):201-15.
3. Pauleta JR, Pereire NM, Graca LM. Sexuality during pregnancy. *J Sex Med* 2010;7:136-42.
4. Khaledi ZB, Bokaie M, Attari SM. Effect of pregnancy on sexual function of couples. *Afr Health Sci.* 2018 Jun;18(2):227-234.
5. Tomoko Tanaka Saotome, Keiko Yonezawa, Nobuhiko Suganuma. Sexual Dysfunction and Satisfaction in Japanese Couples During Pregnancy and Postpartum. *Sex Med.* 2018 Dec; 6(4): 348-355.
6. Corbacioglu A, Bakir VL, Akbayir O, Cilesiz Goksedef BP, Akca A. The role of pregnancy awareness on female sexual function in early gestation. *J Sex Med.* 2012 Jul;9(7):1897-903.
7. Heidari M, Amin Shokravi F, Zayeri F, Azin SA, Merghati-Khoei E. Sexual Life During Pregnancy: Effect of an Educational Intervention on the Sexuality of Iranian Couples: A Quasiexperimental Study. *J Sex Marital Ther.* 2018 Jan 2;44(1):45-55.
8. Lee JT1, Lin CL, Wan GH, Liang CC. Sexual positions and sexual satisfaction of pregnant women. *J Sex Marital Ther.* 2010;36(5):408-20.
9. Johnson C. Sexual health during pregnancy and the postpartum. *J Sex Med* 2011;8:1267-84.
10. Chang SR, Chen KH, Lin HH, Yu HJ. Comparison of overall sexual function, sexual intercourse/activity, sexual satisfaction, and sexual desire during the three trimesters of pregnancy and assessment of their determinants. *J Sex Med.* 2011 Oct;8 (10):2859-67.
11. Sagiv-Reiss DM, Birnbaum GE, Safir MP. Changes in sexual experiences and relationship quality during pregnancy. *Arch Sex Behav.* 2012 Oct;41(5):1241-51.
12. Syty K, Łepecka-Klusek C, Pilewska-Kozak AB, Jakiel G. The influence of pregnancy on sexual satisfaction among women. *Wiad Lek.* 2012;65(3):157-61.
13. Staruch M, Kucharczyk A, Zawadzka K, Wielgos M, Szymusik I. Sexual activity during pregnancy. *Neuro Endocrinol Lett.* 2016;37(1):53-8.

ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΛΑΜΙΑΣ

ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΗ ΚΛΙΝΙΚΗ

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ: ΦΟΥΚΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ

ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΚΥΗΣΗ**ΑΝΩΝΥΜΟ ΕΝΤΥΠΟ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗΣ**

Ηλικία

Ηλικία συντρόφου

Ποια εγκυμοσύνη σας είναι η συγκεκριμένη; (συμπληρώστε με αριθμό)

Είχατε επαφές κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης; NAI OXI

Μέχρι ποιο μήνα της εγκυμοσύνης σας είχατε σεξουαλικές επαφές; (συμπληρώστε με αριθμό)

Μειώθηκε η διάθεσή σας για σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης;
NAI OXI Μειώθηκε η διάθεση του συντρόφου σας για σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης;
NAI OXI Μειώθηκε η συχνότητα των σεξουαλικών επαφών κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης;
NAI OXI

Συχνότητα σεξουαλικών επαφών:

- 1 ή περισσότερες φορές/ημέρα
- περίπου 3 φορές /εβδομάδα
- < 1 φορά/εβδομάδα
- < 2-3 φορές/μήνα

Είδος σεξουαλικών επαφών:

- κολπική επαφή
- πρωκτική επαφή
- από του στόματος επαφή
- άλλου είδους επαφή

Χρησιμοποιούσατε προφυλακτικό στην σεξουαλική επαφή κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης;

NAI OXI

Απόλαυση σεξουαλικών επαφών κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης

- περισσότερο
- λιγότερο
- καμία διαφορά με τις επαφές εκτός εγκυμοσύνης

Changes in sexuality and sexual activity during pregnancy

K. Zacharis¹, S. Kravvaritis¹, E. Liakou², D. Kyrillidi², E. Chrysafopoulou¹, T. Charitos¹, A. Fouka¹

¹ Department of Obstetrics and Gynecology, and ² Department of Pediatrics, General Hospital of Lamia, Lamia, Greece

ABSTRACT

Sexuality and sexual activity modify as pregnancy progresses, influenced by biological, psychological and social factors. The objective of this study was to evaluate women's sexual experiences in pregnancy during all three trimesters, and to define the effects of pregnancy on sexual life. Women were given a self-administered written questionnaire to complete anonymously and return in a box provided in the clinic. We determined in our study, that frequency of sexual contacts decreases during gestation. A reduction in sexual desire occurred in both women and their partners. Also, sexual satisfaction of women declined as pregnancy progressed. Hence, medical staff should discuss with couples and provide advice regarding sexual activity during pregnancy.



Keywords: sexual activity, sexuality, pregnancy



Citation

K. Zacharis, S. Kravvaritis, E. Liakou, D. Kyrillidi, E. Chrysafopoulou, T. Charitos, A. Fouka. Changes in sexuality and sexual activity during pregnancy. *Scientific Chronicles* 2019; 24(2): 228-234

eoi: <http://eoi.citefactor.org/10.11212/exronika/2019.2.9>