



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

Секс и лечение рака

Эта информация поможет вам узнать, как лечение рака может повлиять на вашу сексуальную жизнь.

О сексе и лечении рака

Влияние лечения рака на вашу половую жизнь зависит от вашего типа рака, вида терапии, которую вы получаете, и от вашего состояния здоровья. Из-за лечения рака у вас могут возникнуть побочные эффекты, которые могут осложнить вашу половую жизнь, например, могут возникнуть проблемы с достижением или сохранением эрекции (отвердением полового члена перед половым актом), ощущение сухости или стянутости во влагалище. Вы также можете столкнуться с изменениями в теле, так называемыми побочными эффектами физического характера, в ходе лечения рака, которые могут повлиять на вашу способность или желание заниматься сексом, например, хирургические шрамы, дренажные трубки, выпадение волос, слабость, боль или усталость (необычно сильное чувство утомления). Эти изменения могут влиять на то, как вы воспринимаете себя или как вы относитесь к своему партнеру(-ам).

Лечение рака также может повлиять на ваше эмоциональное состояние, вы можете испытывать стресс, тревогу или находиться в подавленном состоянии. Это в свою очередь может повлиять на ваш интерес к сексу и ослабить чувства наслаждения и удовольствия от половой жизни. Для получения информации о поддержании сексуального здоровья и интимной жизни во время лечения рака прочтите наш материал *Сексуальное здоровье и интимная жизнь* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sexual-health-and-intimacy).

Независимо от того, испытываете ли вы изменения физического или эмоционального характера, вы не одиноки. В центре Memorial Sloan Kettering (MSK) работают специалисты, готовые поддержать вас и ваше сексуальное здоровье во время лечения рака. Есть лекарства, которые вам могут назначить, чтобы помочь устранить проблемы с эрекцией и справиться с эректильной дисфункцией (проблемами с достижением или сохранением эрекции). Вам также могут порекомендовать применять вагинальные увлажняющие средства, смазки и расширители, которые могут оказаться эффективными. Для получения дополнительной информации прочтите материалы *Укрепление здоровья вульвовагинальной зоны* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/vaginal-health) и *Как пользоваться вагинальным расширителем* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/how-use-vaginal-dilator).

Проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, чтобы получить дополнительную информацию о программах центра MSK в области сексуального здоровья, или позвоните, чтобы записаться на прием:

- для посещения специалиста в рамках [Программы по вопросам сексуальной медицины и здоровья для женщин \(Female Sexual Medicine & Women's Health Program\)](#) звоните по номеру 646-888-5076;
- для посещения специалиста [Программы по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин \(Male Sexual & Reproductive Medicine Program\)](#) звоните по номеру 646-888-6024.

Секс во время лечения рака

Определенные препараты для химиотерапии и иммунотерапии могут проникать в ваши физиологические жидкости (например, в вагинальные жидкости, сперму и слюну). Их количество и продолжительность пребывания в вашем организме сугубо индивидуально, и зависит от назначенного вам лечения. Хотя исследования показывают, что некоторые лекарства могут попадать в организмы других людей при контакте с вашими физиологическими жидкостями, мы не знаем, могут

ли они навредить здоровью вашего партнера.

Мы рекомендуем использовать барьерные методы защиты (презерватив или коффердам) как во время лечения, так и в течение недели после каждого сеанса терапии во время орального, вагинального или анального секса, чтобы предотвратить воздействие на вашего партнера любых лекарств, которые могут находиться в ваших физиологических жидкостях.

Если партнерша забеременеет во время вашего лечения, мы не знаем, могут ли содержащиеся в жидкостях вашего организма лекарства, нанести вред плоду. Исследования на животных показывают, что это возможно, поэтому мы рекомендуем использовать барьерные методы защиты каждый раз во время секса. Проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, чтобы получить дополнительную информацию.

Важно обсудить со своим медицинским сотрудником, как лечение рака может повлиять на вашу половую жизнь. С вам не могут это обсуждать, пока вы сами не поднимете этот вопрос и не расскажете о своих проблемах. Конечно вы можете чувствовать стеснение, но помните, что у большинства людей, получающих лечение от рака, возникают похожие вопросы. Ваш медицинский сотрудник может посоветовать способы решения любых ваших проблем.

Чтобы завести этот разговор, вы можете задать следующие вопросы:

- Повлияет ли мое лечение на мою половую жизнь? Если да, то каким образом?
- Как долго будут длиться эти побочные эффекты? Они краткосрочные, долгосрочные или постоянные?
- Что я могу сделать, чтобы справиться с этими побочными эффектами? Существуют ли какие-либо методы их лечения или лекарства от них?
- Как я могу обезопасить своего партнера во время лечения рака?

- Как мое лечение повлияет на мою детородную функцию? Когда мне будет безопасно попытаться забеременеть?
- Где я могу получить дополнительную информацию?

Предотвращение беременности

Очень важно предотвращать беременность во время лечения рака и в течение не менее 1 года после завершения терапии. Если вы или ваш партнер забеременеете в результате оплодотворения яйцеклетки, подвергнувшейся воздействию радиационного излучения, химиотерапии или других противораковых лекарств, или таким сперматозоидом, поврежденным радиацией, химиотерапией или какими-либо лекарствами, может повыситься риск выкидыша (когда беременность прекращается самопроизвольно) или врожденных дефектов развития плода.

Беременность также может повлиять на результаты анализов и курсы терапии, которые вы могли бы пройти во время лечения рака, поэтому лучше избегать беременности, пока ваш медицинский сотрудник не скажет вам, что беременеть безопасно.

Если вы или ваш партнер можете забеременеть, используйте противозачаточные средства (контрацепцию) на протяжении всего периода лечения рака. Не полагайтесь на «прерванный половой акт» (вытаскивание полового члена из влагалища партнерши) до момента эякуляции (когда сперма выходит из полового члена после достижения оргазма) или на отказ от секса в благоприятные для зачатия дни менструального цикла. Эти методы не эффективны в предотвращении беременности.

Очень важно подобрать эффективный метод контрацепции, соответствующий вашему образу жизни. Гормональные противозачаточные средства включают противозачаточные таблетки, пластыри или вагинальные кольца, имплантаты, вживляемые под кожу руки, а также гормональные внутриматочные спирали (intrauterine devices, IUDs) Существуют также негормональные внутриматочные

медные спирали. Проконсультируйтесь со своим медицинским сотрудником, чтобы узнать о различных вариантах, и посетите один из веб-сайтов, перечисленных в конце этого материала, для получения дополнительной информации.

Детородная функция

Если для вас важно иметь в будущем биологического ребенка, лучше всего обсудить со своим медицинским сотрудником возможные варианты сохранения детородной функции до начала лечения. Вы также можете попросить своего медицинского сотрудника выдать вам направление к специалисту программы центра MSK по детородной функции. Для получения дополнительной информации посетите страницу www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/sexual-health-fertility/fertility

Если вы планируете иметь детей после лечения, спросите у своего медицинского сотрудника, когда вам можно будет начать попытки зачать ребенка. Некоторые методы лечения рака, такие как облучение органов малого таза и определенные лекарства, которые применяются во время химиотерапии, могут повлиять на вашу детородную функцию (вашу способность иметь биологического ребенка). Если у вас возникли вопросы по этому поводу, обратитесь к своему медицинскому сотруднику.

Вот список материалов для получения дополнительной информации:

- *Хранение спермы* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sperm-banking)
- *Сохранение детородной функции перед лечением рака: варианты для людей, у которых при рождении были яичники и матка* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/fertility-preservation-females-starting-treatment)
- *Оценка состояния детородной функции и сохранение детородной функции после лечения рака: варианты для людей, у которых при рождении были яичники и матка* (www.mskcc.org/ru/cancer-

[care/patient-education/fertility-evaluation-and-preservation-options-females-who-have-completed-treatment](#))

- *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, чей пол при рождении был мужским* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles](#))
- *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, чей пол при рождении был женским* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-your-family-for-people-born-with-ovaries-uterus](#))

Предотвращение распространения инфекции

Важно предотвратить заражение какой-либо инфекцией во время и после лечения рака. Некоторые методы лечения рака могут ослабить вашу иммунную систему и затруднить борьбу с инфекциями. Кроме того, определенные виды лечения рака могут приводить к уменьшению количества клеток крови в течение длительных периодов времени, что может увеличить риск заражения инфекциями. Медицинский сотрудник сообщит вам, является ли это поводом для беспокойства в вашем случае.

Чтобы предотвратить инфекцию, во время полового акта соблюдайте следующие правила:

- Мочитесь (ходите в туалет по-маленькому) после вагинального, орального или анального секса.
- Если вы занимаетесь сексом более чем с одним человеком, важно защитить себя от инфекций, передающихся половым путем (sexually transmitted infections, STIs), таких как вирус иммунодефицита человека (HIV). В течение всего периода лечения используйте презерватив или коффердам каждый раз при вагинальном, оральном или анальном сексе.
- Если вы пользуетесь сексуальными игрушками, мойте их горячей водой с мылом каждый раз после использования. Избегайте

совместного использования секс-игрушек, особенно если вы занимаетесь сексом более чем с одним человеком.

- Некоторые методы лечения рака могут ослабить вашу иммунную систему и повысить вероятность заражения грибковыми инфекциями. Риск также возрастает, если вы принимаете стероиды или антибиотики.
 - Симптомы грибковой инфекции включают выделения из влагалища и зуд или зуд и раздражение под крайней плотью полового члена. Если у вас есть эти симптомы, воздержитесь от полового акта и обратитесь к своему медицинскому сотруднику.
- Некоторые виды лечения рака могут приводить к уменьшению количества клеток крови в течение длительных периодов времени, что может увеличить риск заражения инфекциями. Если это является поводом для беспокойства в вашем случае, ваш медицинский сотрудник может порекомендовать вам использовать презерватив или коффердам во время полового акта или избегать секса с проникновением (введением части тела или предмета в тело, например, во время вагинального, орального или анального секса) до восстановления количества клеток крови.

Предотвращение инфекции после трансплантации стволовых клеток

В течение первого года после трансплантации вы подвержены наибольшему риску заражения. Пока ваш медицинский сотрудник не скажет вам, что ваша иммунная система восстановилась:

- Пользуйтесь латексным презервативом или коффердамом во время вагинального, орального или анального секса.
- Пользуйтесь презервативом или коффердамом, если слюна, вагинальные выделения или сперма партнера могут попасть вам в рот.
- Исключите половую активность, при которой возможен контакт фекалий (кала) с вашей полостью рта.

- Воздерживайтесь от секса, предполагающего проникновение (вагинального или анального), пока количество клеток крови будет сохраняться на низком уровне (количество тромбоцитов не достигает 50 000). Также имеется в виду ввод пальцев, вибраторов или других сексуальных игрушек во влагалище или анальное отверстие.
- Не занимайтесь сексом при подозрении на наличие у вас или вашего партнера генитальной инфекции.

Обнимать и прижимать к себе партнера, нежно прикасаться друг к другу и целовать кожу — вот способы поддерживать интимные отношения в этот период. Для получения дополнительной информации ознакомьтесь с материалом *Сексуальное здоровье и интимная жизнь* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/sexual-health-and-intimacy).

Источники информации

Программа MSK по вопросам сексуальной медицины и здоровья для женщин (Female Sexual Medicine & Women's Health Program)

www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/sexual-health-fertility/health/female-medicine

646-888-5076

Эта программа поможет вам решить проблемы, связанные с лечением рака и сексуальным здоровьем. Позвоните для получения дополнительной информации или записи на прием.

Программа MSK по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин (Male Sexual & Reproductive Medicine Program)

www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/sexual-health-fertility/health/male-medicine

646-888-6024

Эта программа поможет вам решить проблемы, связанные с лечением рака и сексуальным здоровьем, в том числе с эректильной дисфункцией. Позвоните для получения дополнительной информации или записи на прием.

Программа MSK по вопросам фертильности (MSK's Fertility Program)

www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/sexual-health-fertility/fertility

Эта программа поможет вам решить проблемы, связанные с детородной функцией и лечением рака. Попросите своего медицинского сотрудника направить вас к медсестре/медбрату-репродуктологу центра MSK.

Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society)

Секс и мужчина с раком (Sex and the Adult Man with Cancer)

Секс и женщина с раком (Sex and the Adult Woman with Cancer)

www.cancer.org

800-ACS-2345 (800-227-2345)

Американское общество по борьбе с раком предоставляет разнообразную информацию о раке и сексуальном здоровье. Позвоните, чтобы запросить материал в печатном виде.

Американский конгресс акушеров-гинекологов (American Congress of Obstetricians and Gynecologists)

www.acog.org/patients

Информационные материалы этой организации предоставляют информацию о беременности, противозачаточных средствах и сексуальном здоровье.

Департамент здравоохранения и психогигиены Нью-Йорк Сити

www1.nyc.gov/nyc-resources/service/1428/condom-information

Располагает информацией о том, где можно получить и как использовать мужские и женские презервативы.

Американская федерация планирования семьи Planned Parenthood

www.plannedparenthood.org

Предоставляет информацию касательно сексуального здоровья.

Центры контроля и профилактики заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception

www.cdc.gov/std

CDC располагают информацией о противозачаточных средствах, инфекциях, передающихся половым путем, и других вопросах в области сексуального здоровья.

Сеть поддержки рождаемости Bedsider

www.bedsider.org

Bedsider располагает информацией и образовательными материалами о методах контрацепции.

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте www.mskcc.org/pe.

Sex and Your Cancer Treatment - Last updated on February 12, 2021

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center