

# Lichen sclerosus, livskvalitet og seksualitet

Lichen sclerosus er en kronisk hudsygdom, der rammer det anogenitale område, hyppigst hos kvinder i overgangsalderen, men kan ses hos kvinder i alle aldre. Symptomerne er bl.a. kløe, svie og smerter.



---

**GITTE VITTRUP**, sygeplejerske, specialist, sexologisk rådgivning, Danmark

---

Lichen sclerosus er en kronisk inflammatorisk hudsygdom, der påvirker huden og slimhinderne i det anogenitale område. Sygdommen rammer kvinder seks til ti gange hyppigere end mænd og kan også forekomme hos børn, helt ned til babyer på fem måneder.

Nogle af de observerbare karakteristika inkluderer fortykket hud med en hvidlig farvetone, rifter samt sår forårsaget af kløe. Kløe er det mest hyppige symptom, og forandringerne kan danne en otte-tals konfiguration i anogenitalområdet. Hos kvinder kan der observeres atrofi af de indre kønslæber, hvilket potentielt kan resultere i, at de indre kønslæber fusionerer med de ydre kønslæber og dermed forsvinder.

Der kan også forekomme en stramning af forhuden over klitoris, og nogle kvinder kan opleve nedsat evne til at opnå orgasme. Snæverhed ved skedeåbningen og smerte under samleje kan også være til stede. Mange kvinder, der lider af lichen sclerosus, oplever seksuelle problemer, hvilket ofte fører til, at de bliver henvist til behandling.

## Nedsat intimitet, livskvalitet og seksuelt velvære

Symptomerne ved lichen sclerosus inkluderer vedvarende kløe og svie, hvilket kan gøre dagligdagen udfordrende. Desuden er berøring i vulvaområdet eller samleje ofte smertefuldt. Der er dog også kvinder, der ikke oplever kløe, og derfor ikke er opmærksomme på deres hudlidelse, før de oplever smerter ved samleje.

Mange kvinder har gennemgået flere års behandling for svampeinfektioner, inden den rette diagnose stilles. Man taler om et diagnostisk delay på op til fem år, før kvinder kommer i relevant behandling.

Når det bliver umuligt at have samleje, kan det medføre frustration, skyldfølelse og skam over ikke at kunne tilfredsstille ens partner, hvilket kan føre til en undvigelse af intime situationer af frygt for afvisning. Dette påvirker kvindens og parrets seksuelle velvære, og lichen sclerosus kan dæmpe livskvaliteten betydeligt. Det kan udløse følelser af sorg og tab over forandringer i ens seksualitet og udseende. Samtidig kan det udløse frygt for at miste sin partner, bekymringer omkring kræftisiko samt angst for at overføre sygdommen til ens børn eller børnebørn. Dertil følger følelser af isolation, håbløshed, depression, angst og lavt selvværd.

Partneren påvirkes også af situationen og kan være usikker på sin reaktion. Nogle gange er partneren ikke

---

**KONKLUSION:** Lichen sclerosus er en kronisk inflammatorisk hudsygdom, der primært rammer kvinder og er lokaliseret i det anogenitale område. Symptomerne inkluderer oftest vedvarende kløe og svie, hvilket kan gøre dagligdagen udfordrende. Desuden er berøring i vulvaområdet eller samleje ofte smertefuldt. Da det ofte er en udfordring for sundhedspersonale at tale om eller spørge ind til seksuelle udfordringer, oplever en del kvinder, at der går lang tid før diagnosen stilles.

---

engang klar over, hvad problemet indebærer, enten fordi diagnosen ikke er stillet endnu, eller fordi kvinden ikke har haft modet til at dele sin situation om hudlidelser med sin partner.

Ligeledes er kvinder med lichen sclerosus, som ønsker sig en partner, ofte usikre på, hvordan og om de kan finde sig en partner. De føler ikke, at de kan leve op til de gængse forventninger om, at seksualitet er lig med samleje. I de senere år er der blevet henvist mange patienter med seksuelle problemer, der skyldes lichen sclerosus. Det er typisk, at kvinderne føler lettelse over at blive korrekt diagnosticeret og få den rette behandling. Mange af disse kvinder har i årevis følt sig overset og har modtaget forkert behandling på trods af, at de har søgt hjælp hos forskellige sundhedspersoner.

### En sygdom omgærdet af tabu

Det er lettere at tale om diabetes eller kræft ved en middagssammenkomst end at beskrive skrumpende kønslæber, kløe, rifter og revner i et område, som vi endda ikke har et passende sprog for. Vulva!

Dertil kommer, at seksuelle problemer ofte bliver nedprioriteret i sundhedssystemet, og der ofte opstår et »tovejs-tabu,« hvor patienten forventer, at lægen eller sygeplejersken tager emnet om seksuelle problemer op, mens sundhedspersonalet forventer, at patienten selv bringer emnet op.

Derfor er det af afgørende betydning, at sundhedspersonalet aktivt spørger ind til seksuelle udfordringer og problemstillinger. Det er samtidig vigtigt, at patienten tager sin partner med til konsultationerne, da dette kan hjælpe med til at opnå en bedre forståelse af sygdommen og de udfordringer, den medfører for kvindens livskvalitet og seksualitet. Partnerens historie og bekymringer spiller en vigtig rolle i behandlingsforløbet. ■

### Råd til kvinder med seksuelle problemer som følge af lichen sclerosus

- Afsæt tid til intimitet – kærestetid.
- Læg vægt på åben kommunikation. Del jeres tanker om det, der optager jer og lyt aktivt til hinanden!
- Fokuser på nærhed, kærtegn, berøring og kys.
- Undlad at have samleje.
- Fokusér på at opnå lyst, men undgå penetration af nogen art.
- Tilfredsstil eventuelt hinanden eller jer selv, hvis behov opstår, men aftal det på forhånd.
- Hvis samleje er en mulighed, kan en kvalitets silikonebaseret glidecreme være en god idé.
- Brug også gerne silikonebaseret glidecreme under onani.
- Partneren bør sørge for at have bløde fingre, så der ikke opstår rifter eller sår ved berøring af det følsomme vulvaområde.
- Ved stramhed i skedeindgangen kan det anbefales at bruge dilatatorer i graduerende størrelser (stave af stål, plastik, glas, silikone eller eventuelt rosakvarts) for at strække det stramme væv.
- Ved behov kan en henvisning til en fysioterapeut med ekspertise i bækkenbunden, en sexolog og anbefaling af en patientforening også være relevant.

---

### Referencer:

Vittrup, G.: Hvilken indvirkning har kronisk og uhelbredelig sygdom på seksualiteten, og hvordan skal man italesætte seksualiteten? iPraksis, maj 2020. Vittrup, G.: Lichen sclerosus, livskvalitet og seksualitet. iPraksis, maj 2021.

---

**INTERESSEKONFLIKTER:** Ingen.

---