

## Hverdagsliv artikkel 17.11.18

Av Beate Alstad

### Sykehusrevyen og den fantastiske seksualiteten.

Forrige helg var det premiere på sykehusrevyen ved Sykehuset Telemark HF. Der briljerte en utrolig dyktig gjeng ansatte med skuespillertalent på scenen i Parkbiografens ærverdige lokaler. I denne revyen var jeg så heldig å bli parodiert i min nye stilling som Sexolog ved DPS Notodden. Jeg lo så jeg nesten mistet pusten av «mine akrobatiske øvelser» av Silje og hennes Siamek, og det var en ære å bli parodiert selv om karakteren ikke helt gjenspeiler arbeidshverdagen.

Seksualitet er noe som alltid fasinerer, og som ikke er det minste rart da seksualiteten er både integrert og en så stor del av vår personlighet. Revyen var «spott on» i forhold til Helse- og omsorgsdepartementets Strategi for seksuell helse (2017–2022), «Snakk om det»! God seksuell helse er en ressurs som fremmer livskvalitet og mestringsferdigheter, og strategien skal sikre god seksuell helse i hele befolkningen.

Undersøkelser viser at det til enhver tid er 5 % av befolkningen som føler de trenger profesjonell hjelp til seksuelle problem og utfordringer. Min stilling som sexolog er å forebygge både utvikling av seksuelle problemer som resultat av sykdom og behandlingen av disse, og kunne gi rådgivning og behandling til personer som har utviklet seksuelle problemer. Sexologifaget har fokus på kjønn, kjønnsuttrykk, kjønnsmangfold og seksuell helse.

De to siste ukene har jeg holdt flere foredrag til både fagpersoner, studenter og foreldre om «Barn og seksualitet» og «Ungdom og pornografi». Jeg er både takknemlig og ydmyk over å få dele kunnskap og mestringsverktøy, for det eneste som gir endring er bevisstgjøring. Så kjære kollegaer i sykehusrevyen jeg ønsker flere parodier av min stilling som Sexolog i neste revy, få seksualiteten fram i lyset!

Jeg vil avslutte dagens Hverdagsliv med forordet i Strategi for seksuell helse av Helse- og omsorgsminister Bent Høie hvor han beskriver seksualiteten så godt med disse ordene:

«Du har kjent den hele livet. Kraften vi kaller seksualitet. Noen tror den seksuelle delen av oss sitter mellom beina. Men den sitter like mye mellom ørene. Jeg snakker ofte om at vi både har en fysisk og en psykisk helse. Vi har en seksuell helse også. Den er både fysisk og psykisk. God seksuell helse er med på å holde oss friske og gir trivsel. Dårlig seksuell helse gjør oss mer utsatt for sykdommer og gir mistrivsel.

Da jeg gikk på skolen, lærte vi lite om seksualitet. Jeg husker at læreren som viste fram plansjer med tverrsnitt av mannlige og kvinnelige kjønnsorganer, var like pinlig berørt som oss elever. Han snakket om masturbasjon og menstruasjon. Han snakket om faren for å bli gravid og faren for å få kjønns sykdommer.

Han snakket ikke om lengselen og lysten. Han snakket ikke om nærheten og kjærligheten.

Vi snakker fortsatt for lite og for sjelden om at seksualitet er en fantastisk kraft som kan gi god helse og høy livskvalitet. Når du er ung eller gammel. Når du er frisk eller syk.

Denne strategien handler om alt dette. Den handler om at vi må snakke mer om seksualiteten vår.

Snakk om kraft»!