

## Streszczenie

### Jakość życia seksualnego kobiet w wieku okołomenopauzalnym

**Wstęp.** Współczesne kobiety, które przechodzą okres okołomenopauzalny traktują życie seksualne jako ważny aspekt funkcjonowania społecznego. Niestety zmiany zachodzące u kobiet w okresie okołomenopauzalnym mogą wpływać na jakość życia kobiet oraz ich samoocenę.

**Cel pracy.** Ocena jakości życia seksualnego kobiet w wieku okołomenopauzalnym.

**Materiał i Metody.** Badana grupa liczyła 200 kobiet w wieku 45-55 lat i były to kobiety pracujące w Klinice Ginekologii i Położnictwa, pacjentki Kliniki Chirurgii Ogólnej i Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Endokrynologii z Pracownią Medycyny Nuklearnej w Klinicznym Szpitalu Wojewódzkim Nr 2 im. Św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie, studentki Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Rzeszowie, kobiety z Ośrodka Kształcenia Podyplomowego Pielęgniarek i Położnych w Rzeszowie. Grupę kontrolną stanowiło 100 kobiet w wieku 20-30 lat i były to studentki Uniwersytetu Rzeszowskiego, kierunku Położnictwo. Badania przeprowadzono w 2016 roku metodą sondażu diagnostycznego z wykorzystaniem Skali Satysfakcji z Życia (SWLS), własnego kwestionariusza ankiety, Skali SFŻ (Mell-Krat) dla kobiet, Indeksu Funkcji Seksualnej Kobiety (FSFI).

**Wyniki.** Najwięcej badanych uzyskało przeciętne wyniki w skali satysfakcji z życia (ogółem 47,0%). Najbardziej uciążliwymi objawami menopauzy były: uderzenia gorąca 51,0%, uczucie zmęczenia 41,0%, przybieranie na wadze 39,0%, zlewne, nocne poty 35,5%, drażliwość 35,5%, kołatanie serca 34,5%, zmniejszenie ochoty na seks 32,5% oraz suchość pochwy 31,5%. Wpływ objawów menopauzy na życie seksualne zauważyło 43,0% z grupy badanej. Wykazano, że im więcej objawów menopauzalnych zgłaszały badane kobiety, tym ich satysfakcja z życia w skali SWLS była mniejsza ( $p=0,007$ ). Częściej atrakcyjne seksualnie czuły się kobiety z grupy kontrolnej ( $p<0,001$ ). Życie seksualne miało większe znaczenie dla kobiet z grupy kontrolnej ( $p<0,001$ ). O swoich oczekiwaniach seksualnych częściej rozmawiały z mężem/partnerem kobiety z grupy kontrolnej ( $p<0,001$ ). A o swoim życiu seksualnym, ewentualnych zaburzeniach i problemach rozmawiało z lekarzem ginekologiem 25,0% kobiet z grupy badanej oraz 38,0% respondentek z grupy kontrolnej. Kobiety z grupy kontrolnej, częściej używały przedmiotów urozmaicających życie seksualne tj. lubrykanty, olejki do masażu, prezerwatywy, erotyczną bieliznę oraz kajdanki, zaś kobiety z grupy badanej nie stosowały gadżetów

( $p < 0,001$ ). Uczucie pogorszenia jakości życia seksualnego w okresie klimakterium w porównaniu do okresu poprzedzającego, towarzyszyło 52,0% ankietowanych. Większą satysfakcję i lepszą jakość życia seksualnego według skali Mell-Krat odnotowano w przypadku kobiet z grupy kontrolnej w następujących kategoriach: libido ( $p < 0,001$ ), potrzeba kontaktów seksualnych ( $p < 0,001$ ), częstość orgazmów ( $p < 0,001$ ), częstotliwość stosunków, ( $p < 0,001$ ) częstotliwość orgazmu w stosunkach ( $p = 0,003$ ), odsetek stosunków z orgazmem ( $p < 0,001$ ), podniecenie przed stosunkiem ( $p < 0,001$ ), odczucia w stosunku ( $p < 0,001$ ), szybkość osiągnięcia orgazmu ( $p = 0,041$ ), nastrój przed stosunkiem ( $p < 0,001$ ), nastrój po stosunku ( $p < 0,001$ ), samoocena ( $p < 0,001$ ), aktywność w stosunku ( $p < 0,001$ ), pozycje ( $p < 0,001$ ), zachowanie w orgazmie ( $p < 0,001$ ), skurcze pochwy w orgazmie ( $p < 0,001$ ), częstość reakcji pochwy w orgazmie ( $p < 0,001$ ). Według interpretacji skali Mell-Krat w grupie badanej 76,0% kobiet otrzymało wynik poniżej optymalnego, zaś w grupie kontrolnej 41,0% ankietowanych. Wyniki te wskazują na możliwość istnienia zaburzeń reakcji seksualnych. Wszystkie kobiety z grupy badanej oraz kobiety z grupy kontrolnej uzyskały wyniki skali FSFI poniżej normy. Wyniki testu wskazują, że kobiety są w grupie ryzyka zaburzeń sfery seksualnej. Porównując obie grupy wyższe wyniki w całej skali uzyskały jednak kobiety z grupy kontrolnej ( $p = 0,003$ ).

**Wnioski.** Prawie połowa kobiet w wieku okołomenopauzalnym jest średnio zadowolona ze swojego życia seksualnego. Jakość pożycia seksualnego w wieku okołomenopauzalnym ulega obniżeniu, jednak jego znaczenie nie zmienia się wraz z wiekiem. Dlatego w wieku okołomenopauzalnym warto sięgać po czynniki poprawiające jakość pożycia seksualnego, takie jak: lubrykanty, olejki do masażu, stymulujące prezerwatywy, erotyczną bieliznę itp. Czynnikiem obniżającym satysfakcję z życia seksualnego w okresie okołomenopauzalnym są somatyczne zaburzenia menopauzalne. Sprawia to, że obniżenie satysfakcji z życia seksualnego jest kolejnym, istotnym wskazaniem do leczenia zaburzeń menopauzalnych. Według skali Mell-Krat aż  $\frac{3}{4}$  kobiet w wieku okołomenopauzalnym wykazuje możliwość istnienia u nich zaburzeń reakcji seksualnych, lub są w grupie ryzyka zaburzeń sfery seksualnej. Zważywszy na znaczenie jakości pożycia seksualnego dla zdrowia człowieka, należy dołożyć starań aby zapewnić kobietom w wieku okołomenopauzalnym fachową opiekę medyczną i psychologiczną poprawiającą intymną sferę Ich życia.

**Słowa kluczowe:** satysfakcja z życia, aktywność seksualna, okres okołomenopauzalny, jakość życia seksualnego.