



セクシュアリティー について

手術やホルモン療法で、からだや心
が変化して、性に対する意識や性生活、
パートナーとの関係性が変わってくる
ことがあります。

セクシュアリティーとは、「性行為」だ
けではなく、性別、感情的な愛着、
文化・社会的性差、生殖なども含めた、
生きることそのものに関わる大切な
テーマです。

【乳がんと「性」の問題】

- ◆ボディーイメージの変化
- ◆喪失感、自身の低下
- ◆性的関心の低下
- ◆肉体の機能面での問題
- ◆パートナーや周囲の人との関係



1

手術跡の痛みや違和感、
触れられることへの恐れ、喪失感や自信
の低下、病気への不安などにより性への
意識の変化や性欲の低下が起きることが
あります。

また、ホルモン療法による膣乾燥や
膣粘膜萎縮により、性交痛など性行為や
性反応に影響することがあります。



このようなときには、病気によって、
人生の優先順位や価値観が変化し、
性に対する考え方や感じ方が変わるかも
しれません。

2

【パートナーとのコミュニケーション】

性生活やパートナーとの関係を

「こうあるべきだ」と思いこまず、
パートナーとゆっくり時間を
かけて話し合い、

ふたりの関係や性生活についても
ともに考えてみましょう。



【機能面での対処法を知っておく】

ホルモン療法による膣乾燥や性交痛
などをケアする女性に優しいゼリー
つきコンドームや潤滑ゼリーが
市販されています。



3

パートナーの方へ

パートナーのあなたにも知ってほしいことがあります。セクシュアリティとは、「性行為」だけではなく、「相手を大切にしたい」という気持ち」も含まれます。



病気は、治療を受けるご本人とパートナーのあなた、おふたりにとって大きな出来事ですが、お互いの心づかいとコミュニケーションによって、おふたりのきずなをより深めるきっかけになります。

1

【一緒に考えよう】

診断後は、治療の選択、家庭のこと、仕事のことなど、たくさんのことを考えなければいけません。

「君のしたいようにすればいいよ」とはじめてからいうのではなく、お二人で考えてみてください。すぐに答えが出なくても、一緒に考えることで、お互い心配のタネがわかり、コミュニケーションに繋がります。

【察するのではなく、聞いてみましょう】

相手の立場に立ったり、気持ちを察することは、とても大切。でも、想像だけで理解することは、とても難しいことです。

また、治療を受ける方のなかには「相手に迷惑をかけているのではないか？」とご自分の気持ちや希望を伝えることにためらう方もいます。

ざくばらんに聞くことで、行き違いや取り越し苦勞を解消し、ご本人の状況にあった手助けをすることができます。



2

【言葉では伝えきれないとき】

どんな言葉でも伝えきれない感情があります。そんなとき、黙って手を握ったり、静かに抱きしめたりすることが、千の言葉を超えることもあります。



【言葉で言ってほしいときもある】

心細いときこそ、パートナーの暖かい愛情表現の言葉は嬉しいものです。「愛している」「君が大切なんだ」と、(それまで言ったことのないセリフでも)思い切って伝えるのも効果的です。メールや手紙で伝えてもよいでしょう。

【ご自分のコンディションも大切に】

大切な人の病気は、あなたご自身のコンディションにも少なからず影響するはず。周囲のサポートをできるだけ得て、ご自分のからだを心をやったりさせる時間もとりましょう。親しい友人など、誰かに話を聞いてもらうだけで楽になることもあります。



引用

「体験者が伝える 乳がん 安心！生活BOOK 2nd Edition」： TODAY!編集部： 2007年2月1日： 有限会社VOL-NEXT

3