Memorial Sloan Kettering Cancer Center

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. Чтобы узнать больше об интимной жизни во время лечения рака, ознакомьтесь с материалом *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 MSK работают специалисты, готовые поддержать вас и позаботиться о вашем сексуальном здоровье во время лечения рака. Вам могут назначить лекарства для лечения проблем с эрекцией и эректильной дисфункции (проблем с достижением или сохранением эрекции). Вам также могут порекомендовать применять вагинальные увлажняющие средства, смазки и расширители, которые могут оказаться эффективными. Чтобы узнать больше, ознакомьтесь с материалами *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).

Поговорите со своей лечащей командой, 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 лекарства для химиотерапии и иммунотерапии могут проникать в ваши физиологические жидкости (например, в вагинальные жидкости, сперму и слюну). Их количество и продолжительность пребывания в организме у всех людей разные и зависят от назначенного вам лечения. Хотя исследования показывают, что некоторые лекарства могут попадать в организм других людей при контакте с вашими физиологическими жидкостями, мы не знаем, могут ли они повлиять на здоровье вашего(-й) партнера(-ши).

Во время орального, вагинального или анального секса мы рекомендуем

использовать барьерные методы защиты (презерватив или коффердам) как во время лечения, так и в течение недели после каждого сеанса терапии. Это поможет предотвратить воздействие каких-либо лекарств, которые могут присутствовать в ваших физиологических жидкостях, на вашего(-у) партнера(-шу).

Если партнерша забеременеет во время вашего лечения, мы не знаем, могут ли лекарства, присутствующие в ваших физиологических жидкостях, нанести вред плоду. Исследования на животных показывают, что это возможно, поэтому мы рекомендуем использовать барьерные методы защиты каждый раз во время секса. Для получения дополнительной информации обратитесь к специалистам своей лечащей команды.

Важно обсудить с вашей лечащей командой, как лечение рака может повлиять на вашу половую жизнь. С вами не будут это обсуждать, пока вы сами не поднимете этот вопрос и не расскажете о своих проблемах. Хотя вы можете чувствовать себя неловко, 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 процедуры или лекарства, которые могут мне помочь?
- 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 у вас или у вашей партнерши наступит беременность в результате оплодотворения яйцеклетки, подвергнувшейся воздействию радиотерапии, химиотерапии или других лекарств, сперматозоидом, поврежденным радиотерапией, химиотерапией или какими-либо лекарствами, то может повыситься риск выкидыша (когда беременность прекращается самопроизвольно) или риск 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 ваша партнерша можете забеременеть, используйте противозачаточные средства (контрацепцию) на протяжении всего периода лечения рака. Не полагайтесь на «прерванный половой акт» (удаление 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 перейдите по ссылке www.mskcc.org/cancer-care/treatments/symptom-management/sexual-health-fertility/fertility

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

Ниже приведены ресурсы, где можно получить больше 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, рожденных с яичками* (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-family-born-with-testicles)
- *Создание семьи после лечения рака: информация для людей, рожденных с*

яичниками и маткой (www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/building-your-family-for-people-born-with-ovaries-uterus)

Предотвращение развития 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).

Дополнительные ресурсы

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 репродуктивной функции (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 г. Нью-Йорка
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 о других вопросах в области сексуального здоровья.

Сеть поддержки рождаемости Bedsider
www.bedsider.org
Bedsider располагает информацией и образовательными материалами о методах контрацепции.

Если у вас есть вопросы или опасения, позвоните своему медицинскому сотруднику. Специалист вашей лечащей команды ответит на звонок с понедельника по пятницу с 9:00 до 17:00 В другое время вы можете оставить сообщение или поговорить с другим врачом центра MSK. Вы всегда можете связаться с дежурным врачом или медсестрой/медбратом. Если вы не знаете, как связаться со своим медицинским сотрудником, позвоните по номеру 212-639-2000.

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

Sex and Your Cancer Treatment - Last updated on September 17, 2026
Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center