



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

# Половая активность во время лечения рака: информация для мужчин

Эта информация содержит рекомендации для мужчин, касающиеся половой активности во время лечения рака.

В большинстве случаев мужчины могут оставаться сексуально активными в течение всего периода лечения рака, однако важно делать это безопасным образом. Если у вас возникли вопросы в связи с представленной ниже информацией, обратитесь к своему врачу или медсестре/медбрату. Если у вас возникли опасения по поводу того, как следовать этим рекомендациям, соблюдая требования вашей веры, советуем вам обратиться к своему духовному наставнику.

## Пользуйтесь противозачаточными средствами, чтобы предотвратить беременность

Очень важно предотвратить беременность во время лечения рака. Если беременность наступит в результате оплодотворения яйцеклетки, подвергнувшейся воздействию радиационного излучения, химиотерапии или других противораковых лекарств, или если такому воздействию подвергнется эмбрион или плод в процессе своего развития, может повыситься риск выкидыша или врожденных дефектов развития.

Если ваш партнер - это женщина, которая может забеременеть, используйте противозачаточные средства (контрацепцию) на протяжении всего периода

лечения рака. Не полагайтесь на прерывание полового акта до момента эякуляции («прерванный половой акт») или на отказ от секса в благоприятные для зачатия дни ее менструального цикла («календарный метод»). Эти методы не эффективны в предотвращении беременности.

## Типы противозачаточных средств

- Если вы занимаетесь сексом только с одной женщиной, вы можете использовать презервативы. Вы можете попросить ее сходить на прием к медицинскому сотруднику (НСП), который оказывает ей гинекологическую помощь, чтобы ей помогли подобрать наиболее подходящий для нее способ контрацепции. Это могут быть, например, противозачаточные таблетки и внутриматочные спирали (intrauterine devices (IUDs)).
- Если ваша партнер по сексу не применяет никаких противозачаточных средств или у вас их несколько, используйте презервативы каждый раз во время секса. Презервативы не только предотвращают беременность, но и защищают вас от инфекций, передающихся половым путем (sexually transmitted infections (STIs)), включая вирус иммунодефицита человека (HIV). Информация о покупке и использовании презервативов приводится в разделе «Барьерные методы защиты».
- Вазэктомия — это необратимый метод контрацепции для людей, уверенных в том, что они не хотят (больше) иметь детей. Это малая операция, которая выполняется для того, чтобы не дать сперматозоидам попасть в семенную жидкость и выйти вместе с ней.

## Другие факторы, которые нужно учесть

Продолжайте использовать противозачаточные средства в течение некоторого времени после окончания лечения, чтобы предотвратить беременность.

- Если вы проходите химиотерапию или радиотерапию с облучением участка, находящегося вблизи яичек, продолжайте использовать противозачаточные средства не менее 1 года после окончания лечения. В

течение этого времени пораженные сперматозоиды успеют выйти из организма.

- Если вы проходите целевую или иммунотерапию, время, в течение которого вам следует использовать противозачаточные средства, будет зависеть от принимаемого вами лекарства. Спросите у своего врача или медсестры/медбрата, как долго вам следует использовать противозачаточные средства после лечения.

Если вы планируете иметь детей после лечения, спросите у врача, когда вам можно будет начать попытки зачать ребенка.

Некоторые методы лечения рака могут влиять на детородную функцию (способность самому зачать ребенка). Если у вас в связи с этим возникли вопросы, обратитесь к своему врачу или медсестре/медбрата.

## Защищайтесь от инфекций

Если вы или ваш партнер имеете сексуальные отношения с несколькими партнерами и вы не используете барьерные методы защиты (см. раздел «Барьерные методы защиты»), вы подвергаетесь риску заражения инфекциями, передающимися половым путем (sexually transmitted infections (STIs)), включая ВИЧ (HIV), если вы не будете использовать барьерные методы защиты. Помимо этого, определенные виды лечения рака могут приводить к уменьшению количества клеток крови в течение длительных периодов времени, что может увеличить риск вашего заражения инфекциями. Ваш врач или медсестра/медбрат сообщат вам, является ли это поводом для беспокойства в вашем случае.

Чтобы предотвратить инфекцию:

- Мойте руки и половые органы до и после вагинального, орального или анального секса.
- Чтобы защитить себя от STIs (включая ВИЧ), в течение всего периода лечения используйте презерватив каждый раз при вагинальном, оральном или анальном сексе.

- Если вы пользуетесь сексуальными игрушками, мойте их горячей водой с мылом каждый раз после использования.
- Если ожидается, что у вас в течение длительного времени будут сохраняться очень низкие показатели количества клеток крови, ваш врач или медсестра/медбрат может порекомендовать вам использовать во время секса барьерные методы защиты, например презервативы или коффердамы. Дополнительная информация приводится в разделе «Барьерные методы защиты».
  - В некоторых ситуациях ваш врач может порекомендовать вам воздержаться от секса, предполагающего проникновение или контакт со слизистыми оболочками, пока количество клеток крови будет сохраняться на низком уровне. Имеется в виду вагинальный, оральный и анальный секс или ввод пальцев, вибраторов или сексуальных игрушек в анальное отверстие.
  - Обнимать и прижимать к себе партнера, нежно прикасаться друг к другу и целовать кожу — вот способы поддерживать интимные отношения в этот период.
- У некоторых мужчин во время лечения под крайней плотью полового члена развиваются грибковые инфекции, особенно если они принимают стероиды или антибиотики. Симптомы включают зуд, раздражение, а также выделения из полового члена. Если вы подозреваете у себя грибковую инфекцию, воздержитесь от занятий сексом и позвоните своему врачу или медсестре/медбратау.

Если вам проводили пересадку стволовых клеток, повышенный риск развития инфекций сохраняется у вас в течение многих месяцев после лечения. Пока ваш врач не скажет вам, что ваша иммунная система восстановилась:

- Пользуйтесь латексным презервативом во время вагинального, орального или анального секса.
- Пользуйтесь презервативом или коффердамом, если слюна, вагинальные выделения или сперма партнера могут попасть вам в рот. Дополнительная информация приводится в разделе «Барьерные методы защиты».

- Исключите половую активность, при которой возможен контакт фекалий с вашей полостью рта.

## Подумайте о защите партнера от лекарств для химиотерапии и других противораковых лекарств

Мы не знаем, какое количество противоракового лекарства попадает в сперму мужчины, и подвергает ли это риску его полового партнера. Если для вас или вашего партнера это является поводом для беспокойства, рекомендуем вам использовать презерватив в тех случаях, когда ваша сперма может попасть во влагалище, рот или анальное отверстие вашего партнера. В результате ваш партнер, независимо от своего возраста или пола, не будет подвергаться воздействию лекарств, возможно находящихся у вас в сперме.

Мы не знаем, как долго эти лекарства будут присутствовать в сперме, но вы можете использовать презерватив в те дни, когда вы принимаете противораковое лекарство, и в течение 1 недели после его приема.

Обязательно используйте презервативы в течение всего периода лечения, если это необходимо в целях контрацепции или защиты от инфекций. Дополнительная информация приводится в разделе «Барьерные методы защиты».

Если партнер забеременеет во время вашего лечения, мы не знаем, будет ли наличие лекарства в вашей сперме представлять опасность для плода. Результаты научных исследований с участием животных говорят о том, что это возможно, поэтому рекомендуем вам использовать презервативы каждый раз во время секса. Дополнительная информация приводится в разделе «Барьерные методы защиты».

## Барьерные методы защиты

### Презервативы

- Вы можете купить презервативы в любой аптеке. Мы рекомендуем

использовать латексные презервативы, но если у вас или у вашего партнера есть аллергия на латекс, можно выбрать полиуретановые презервативы.

- Спермициды не дают никакой дополнительной защиты.
- Можно использовать презервативы со смазкой или отдельно пользоваться смазкой на водной или силиконовой основе.
- Прежде чем использовать презерватив, проверьте на упаковке его срок годности. Презервативы с истекшим сроком годности рвутся с большей вероятностью.
- Правильное использование презерватива:
  1. Открывайте презерватив и обращайтесь с ним осторожно. Не открывайте упаковку зубами, ножницами или другими острыми предметами. Не используйте презерватив, если он порван, потерял эластичность или крошится.
  2. Прежде чем надевать презерватив, подождите, пока пенис не станет твердым.
  3. Придерживая кончик презерватива пальцами, раскрутите его на половом члене как можно дальше. Свободное пространство на кончике презерватива необходимо для сбора спермы.
  4. Разгладьте и удалите все пузырьки воздуха, поскольку они могут стать причиной разрыва презерватива.
  5. После эякуляции, пока еще сохраняется эрекция, осторожно извлеките половой член из партнера, придерживая презерватив у основания (где находится кольцо), чтобы ничего не пролилось.
  6. Аккуратно снимите презерватив и выбросьте его в корзину для мусора.

Презерватив может порваться, если он сидит слишком туго, или соскользнуть при слишком свободной посадке. Если это произошло во время вагинального секса, вашей партнерше рекомендуется принять меры по экстренной контрацепции, если она не использует другие противозачаточные средства. К

экстренной контрацепции относится средство levonorgestrel (Plan B®), также известное как «таблетка на следующее утро» (morning-after pill).

## Коффердамы

- Коффердам — это тонкий прямоугольный лист из латекса или силикона, который закрывает гениталии женщины, получающей оральный секс.
- Вы можете приобрести его через Интернет, заказать в Департаменте здравоохранения и психогигиены Нью Йорк Сити или изготовить из презерватива самостоятельно.
- Если вы хотите сделать коффердам из презерватива, отрежьте кончик презерватива и разрежьте его вдоль, чтобы получился прямоугольник.
  - Желательно не использовать презервативы со спермицидами или смазками, так как у них может быть неприятный вкус.
- Используя коффердам, накройте им наружные половые органы или анус вашей партнерши, и пусть она удерживает его в таком положении, пока вы занимаетесь с ней оральным сексом.

## Источники информации

**Программа Memorial Sloan Kettering (MSK) по вопросам сексуального здоровья и репродуктивной медицины для мужчин (Male Sexual and Reproductive Medicine Program)**

646-888-6024

Звоните, чтобы получить помощь по вопросам, связанным с сексуальной функцией у мужчин.

**Американское общество по борьбе с раком (American Cancer Society)**

*Секс и мужчина с раком (Sex and the Man with Cancer)*

[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

Чтобы запросить материал в печатном виде, позвоните по номеру 1-800-ACS-2345.

## **Американский конгресс акушеров-гинекологов (American Congress of Obstetricians and Gynecologists)**

[www.acog.org/patients](http://www.acog.org/patients)

## **Департамент здравоохранения и психогигиены Нью Йорк Сити**

[www1.nyc.gov/nyc-resources/service/1428/condom-information](http://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](http://www.plannedparenthood.org)

Если у вас возникли вопросы, обратитесь непосредственно к сотруднику своей медицинской бригады. Пациенты MSK могут обратиться к поставщику услуг после 17:00 либо в выходной или праздничный день, позвонив по номеру 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Sexual Activity During Cancer Treatment: Information for Men - Last updated on April 17, 2019

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center