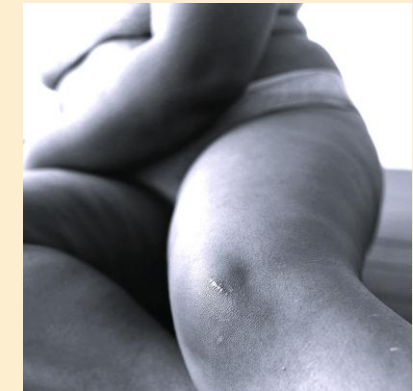


# Närhetens kraft i livets slut- främja sexuell hälsa

Viktoria Wallin

Leg ssk, fil dr, universitetslektor



MARIE  
CEDERSCHIÖLD  
HÖGSKOLA





**Sexuality:**  
**The Most Overlooked ADL**



MARIE  
CEDERSCHIÖLD  
HÖGSKOLA

# Sexuell och reproduktiv hälsa

Ett tillstånd av fysiskt,  
känslomässigt, mentalt och socialt  
välbefinnande i förhållande till  
sexualitet

Sexuell hälsa WHO



# Sexuell och reproduktiv hälsa

Sexualitet är kopplat till kropp, identitet och relationer, och är viktig för människor genom hela livet

Starrs et al. The Lancet. 2018; 391(10140):2642-92

## Sexuell hälsa?

Ojämligheter förekommer på flera områden och ett flertal områden behöver prioriteras.

Nationell handlingsplan för sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter (SRHR) i Sverige. Folkhälsomyndigheten; 2023.





# Samhällelligt – perspektiv

- Hur mår befolkningen?



# Sexuell ohälsa

8% av deltagarna hade  
hälsoproblem eller fysiska problem  
som påverkat sexlivet senaste 12  
mån

Nationell befolkningsstudie genomförd 2017 i  
Sverige, Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter  
(SRHR), Folkhälsomyndigheten 2020



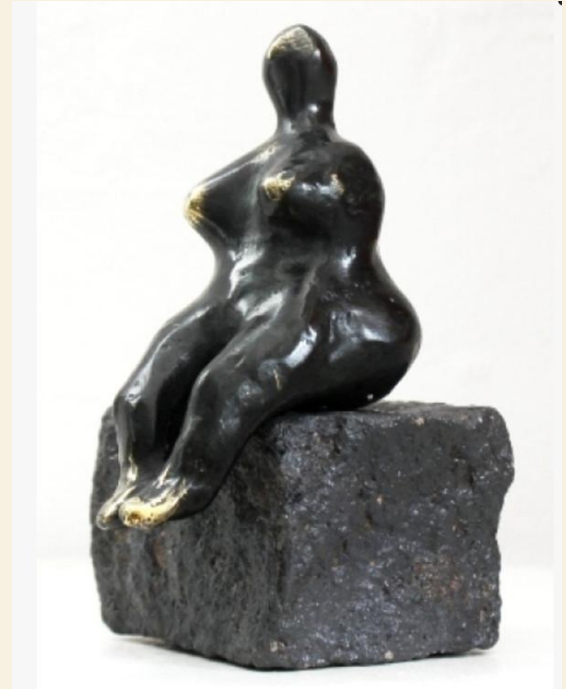
# Har du sökt hälso- och sjukvård för sexuell ohälsa?

12% sökte råd eller hjälp inom hälso- och sjukvård för problem/symtom

82% rapporterade att de inte sökt råd eller hjälp, trots att de ansåg sig behöva det

Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter (SRHR)  
i Sverige 2017 FHM (2020)

# Kroppsliga förändringar



MARIE  
CEDERSCHIÖLD  
HÖGSKOLA

Skulpturer: Alberto Giacometti, Marianne Lindberg de Geer, Liss Eriksson, okänd

PKC-dagen

8 maj 2026

Palliativ vård i mötet mellan  
liv och död



*"Jag känner min kropp, jag märker den och jag hör den men att se hur knotorna på axlarna tar över, knäna är bredare än låren, hur jag kan med mina fingrar nå runt mina överarmar så känns det så jävla jävligt rent ut sagt. Jag är skinn och ben. Alla mina byxor ramlar av mig, jag behöver ha något att knyta med i midjan, jag har fått köpa nya underkläder som är för 8-10-åringar för att de ska sitta uppe..." /Madeleine*

#madeleine.erichsen text och bild från Instagram



## Patients röst

*"...Det är faktiskt mycket jobbigt att inte känna igen sig själv. Jag som älskat att älska med min partner. Som i ett slag försvann längtan och pirr. Det är ett hårt slag tycker jag. Jag kan prata om det hyfsat bra med X. Men hur ska man hitta längtan igen... Kroppen och jag är förändrad?"*

Sagt av person med palliativa vårdbehov



## Palliativ vård – sexualitet patienters perspektiv

- Sjukdom har negativ påverkan på sexualitet och intimitet
- Symtom försvårade, och gav rädsla
- Holistisk syn på sexualitet önskvärd
- Glapp mellan patienters/partners behov och vårdpersonals förberedelse

Traverse et al 2025, Sexuality and intimacy in the context of palliative and end-of-life care: a scoping review, Jnl Pall Nurse

## Närståendes perspektiv

- Närstående önskar att frågor om sexualitet och intimitet tas upp
- Sexualitet och intimitet är betydelsefullt och viktigt
- Önskar kunskap

Kusakabe A et al. Identifying the unmet physical and psychological intimacy and sexuality need of partners of patients with terminal cancer. *J Sexual Med.* 2023; 20:1312–1318.

Toaletter  
Toilets



## Närståendes röst

*"Jag har ångrat en sak, den sista tiden på palliativa avdelningen, då jag hade velat få plats i sängen bredvid (namn), typ ligga sked. Kanske inte hela natten men att vi fick hålla om varann såsom vi kunnat göra hemma. Fast vi alltför ofta tyvärr tappade bort det tyvärr. Att jag inte frågade efter det, det ångrar jag nu efteråt"*

En närstående efter partners död



# Sjukvårdspersonals perspektiv

- Sex definieras ofta som samlag
- Reproduktivt tänkande (ålderistiskt)
- "Oviktigt ämne" för patient/närstående
- Genans/obekväm
- Utmaningar kring kommunikation
- Egna värderingar hindrar
- Tidsbrist

Bramati et al, 2023 *J Pain Sympt Manag.* 66(2):e185–e188; Hjalmasson & Lindroth, 2020, *Clinical Nurs* 29(15–16):2979–2990; Wallach et al (2023) *Gerontolog.* 2023; 63(2):318–327



# Normmedveten vård?

Normkritiskt, normmedvetet, normbelysande

Vilka normer ges överordnad plats?

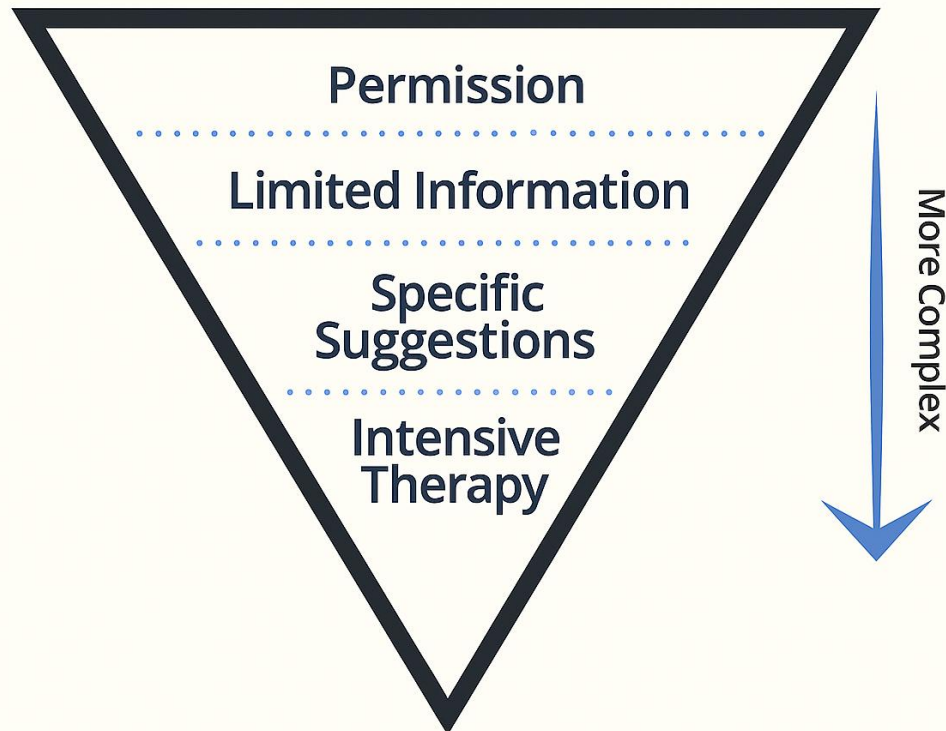
Medvetandegörande - bidrar till att ge plats till de som är eller riskeras bli marginaliserade

Införliva förhållningssätt som vågar ifrågasätta det förgivettagna



# Samtalsmodell PLISSIT

## PLISSIT Samtalsmodell



**P** - tillåtande miljö och attityd

**LI** - samtal inkl. sexualupplysning/rådgivning

**SS** - specifika förslag

**IT** - hjälp av annan profession

Shalamzari, et al (2024), J Educ Health Promot

# Normmedveten vård?

Normkritiskt, normmedvetet, normbelysande

Vilka normer ges överordnad plats?

Medvetandegörande - bidrar till att ge plats till de som är eller riskeras bli marginaliserade

Införliva förhållningssätt som vågar ifrågasätta det förgivettagna



MARIE  
CEDERSCHIÖLD  
HÖGSKOLA

**WC**  
Toilet



## Inkluderande vård – icke normativ

- Undvik det normativa, ex anta inte att alla är; heterosexuella, lever i tvåsamhet
- Använd könsneutrala uttryck ex partner/syskon/förälder och värderingsfri syn på relationer

# Inkluderande vårdplats och vårdpersonal

- Inkludera sexuell hälsa i hälsa –  
holistiskt
- Inkluderande tal, texter, bilder,  
konst





## Sexualitet och intimitet i palliativ vård – take home...

- Holistisk syn på hälsa inkluderar sexualitet, intimitet och närhet som grundläggande för människors välbefinnande
- Öka normmedveten för mer jämlik vård (och jämlika arbetsplatser!)
- Kommunikation och reflektion
  - Lyssna - fråga – prata
  - Språkbruk





## E-utbildning

E-utbildning för dig som jobbar i hälso- och sjukvården finns om Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter (SRHR)

[Mer om E-utbildning](#) (inloggning med mera)

## Sexuell och reproduktiv hälsa

[Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter \(SRHR\) — Folkhälsomyndigheten \(folkhälsomyndigheten.se\)](#)



## LEARN MORE ABOUT YOUR BODY, HEALTH AND SEXUALITY

### Choose your language

Arabic | عربي

Română | Romanian

ไทย | Thai

Dari | دری

русский | Russian

ትግርኛ | Tigrinya

English

Soomaali | Somali

Türkçe | Turkish

Kurmançî | Kurmanji

Sorani | سۆرانی

українська | Ukrainian

Persian | فارسی

Español | Spanish

Polski | Polish

Svenska | Swedish

- RFSU – My body



Tack för er tid och uppmärksamhet!  
[viktorias.wallin@mchs.se](mailto:viktorias.wallin@mchs.se)

Fotografier från öppna arkiv, med tillstånd  
eller egna.

Varmt välkomna gå med oss i Pride parade,  
Academic pride!