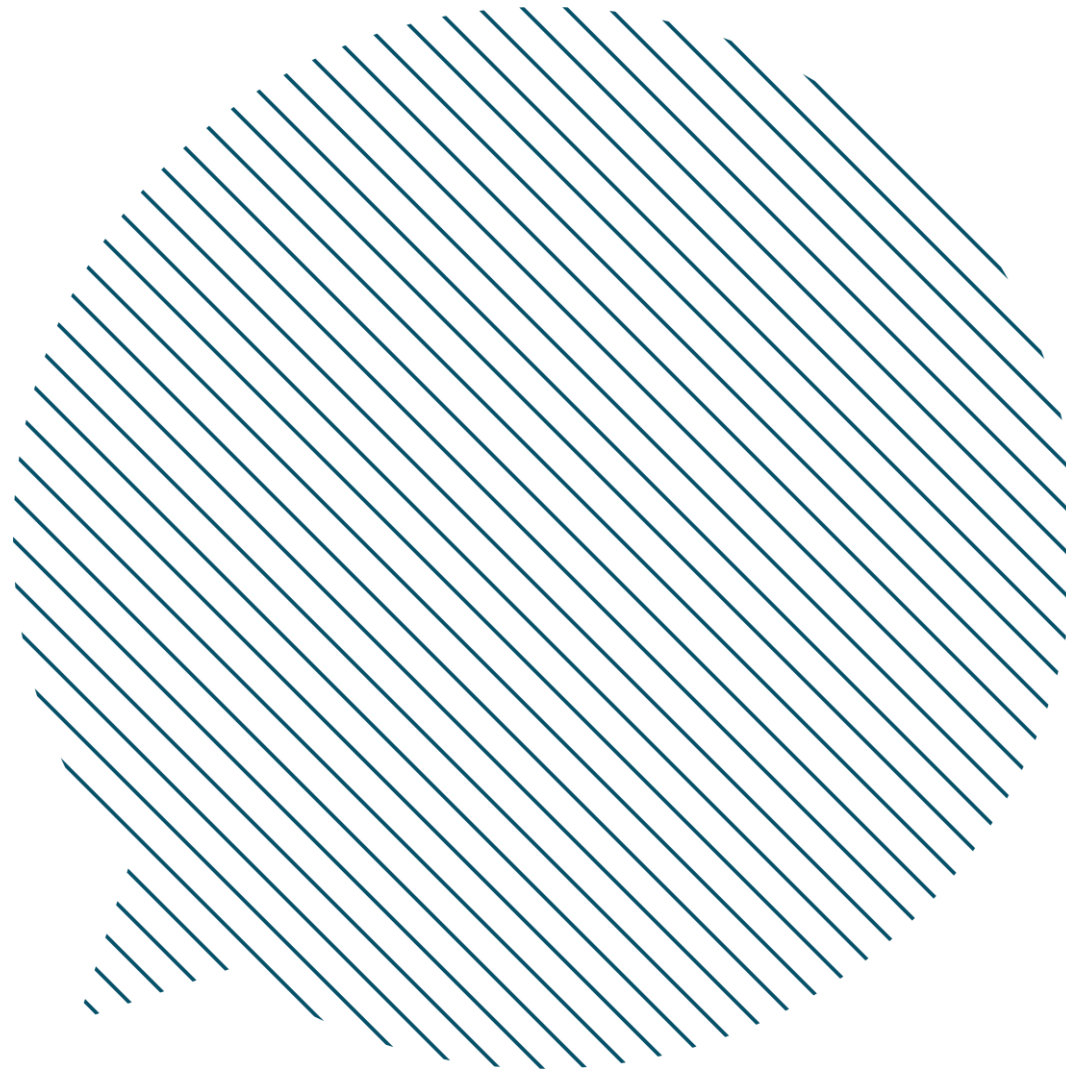


Strategi for seksuell helse og undervisning om seksualitet

29. Oktober 2018

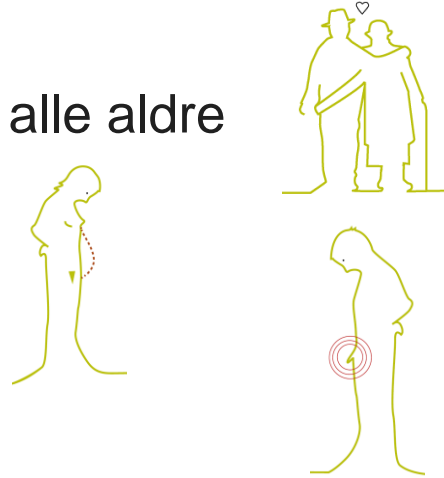
Siv-Lise Bendixen Stærk, seniorrådgiver i HelseDirektoratet



Strategi for seksuell helse

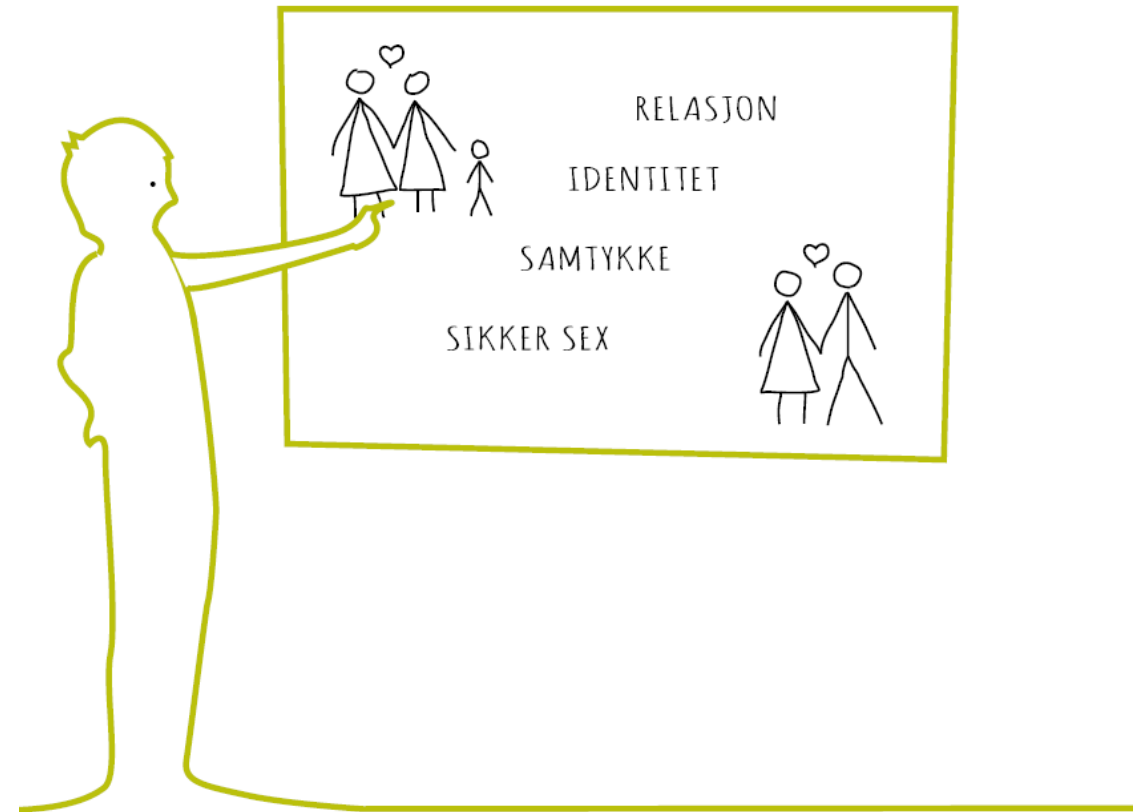
Målsetninger

- Overordna mål: god seksuell helse i hele befolkningen
- Delmål:
 - Sikre kompetanse for befolkningen i alle aldre
 - Redusere uønsket svangerskap
 - Redusere forekomst av soi
 - Sikre at tjenesten har kunnskap og kompetanse
 - Sikre at helsepersonell forstår/ ivaretar pasientens seksuelle helse



Kunnskap om SRHR - en programerklæring

- «Tilgang til kunnskap, informasjon og undervisning om seksualitet og seksuell helse er grunnleggende for å gi mennesker mestringskompetanse og kontroll over sin egen seksuelle og reproduktive helse.»
- «Åpenhet, respekt for mangfold og positive holdninger til seksualitet er samfunnsmessige faktorer som fremmer seksuell helse.»



Kunnskap om kropp, følelser og grenser

Barnehage

- Kunnskap om kropp, følelser og relasjoner er viktige forutsetninger for at barnet utvikler mestringskompetanse for egen helse
 - Å etablere et positivt forhold til egen kropp
 - Senke terskelen for å si ifra om krenkelser
 - Å lære å respektere andres kropp og grenser
- Mål: styrke små barns begrepsapparat, selvfølelse, egenverd og respekt for identitet, kropp og grenser



Kunnskap om seksualitet og utvikling

Foreldres rolle

- Barn er best rustet til å bestemme over sin egen seksualitet dersom deres foreldre/foresatte har kunnet kommunisere åpent med dem om kropp, identitet, grenser og seksualitet gjennom hele barndommen.
- Mål: Styrke foreldres og foresattes kunnskap og bevissthet om barns naturlige seksuelle utvikling
 - Veiledning helsestasjon
 - Hva gjøres av kurstilbud for foreldre med eldre skolebarn?

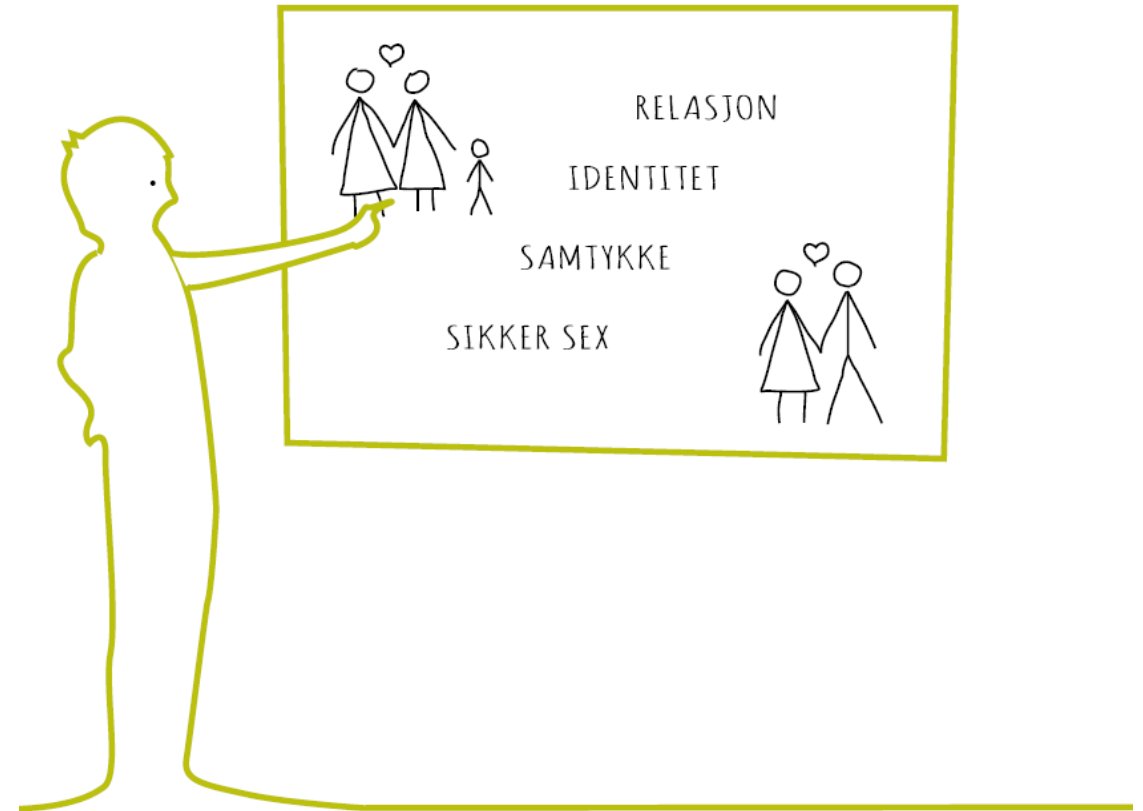


Foto: Jojo Studio ved John Fredrik Kvalnes

Kunnskap om kropp, kjønn, identitet og grenser

Skole

- Kunnskap om grenser, respekt og rettigheter, og evnen til å reflektere over ulike situasjoner er viktig for å utvikle egen autonomi og samtidig respektere andres grenser
- Mål: Sikre barn og unge kunnskap og kompetanse om kropp, grenser, seksualitet og seksuell helse
 - Vurdere kompetansemålene i forbindelse med fagfornyelsen
 - Evaluere undervisning om seksualitet



Illustrasjon: Kord AS

Undervisning om seksualitet

- Kartlegging av kvaliteten i undervisningen
- Samarbeid mellom Helsedirektoratet og Utdanningsdirektoratet
- Formål: kartlegge status som kan gi innspill til fagfornyelsen
- Metode: spørreundersøkelse og intervju blant helsesøstre, lærere, skoleledere og elever
- En faggruppe sammensatt av forskere, lærere, helsesøstre, skoleledere og elevrepresentanter skal basert på et bredt kunnskapsgrunnlag gi faglige råd om seksualitetsundervisning



Foto: Jojo Studio ved John Fredrik Kvalnes



Illustrasjon: Kord AS

Kunnskap om seksuell og reproduktiv helse

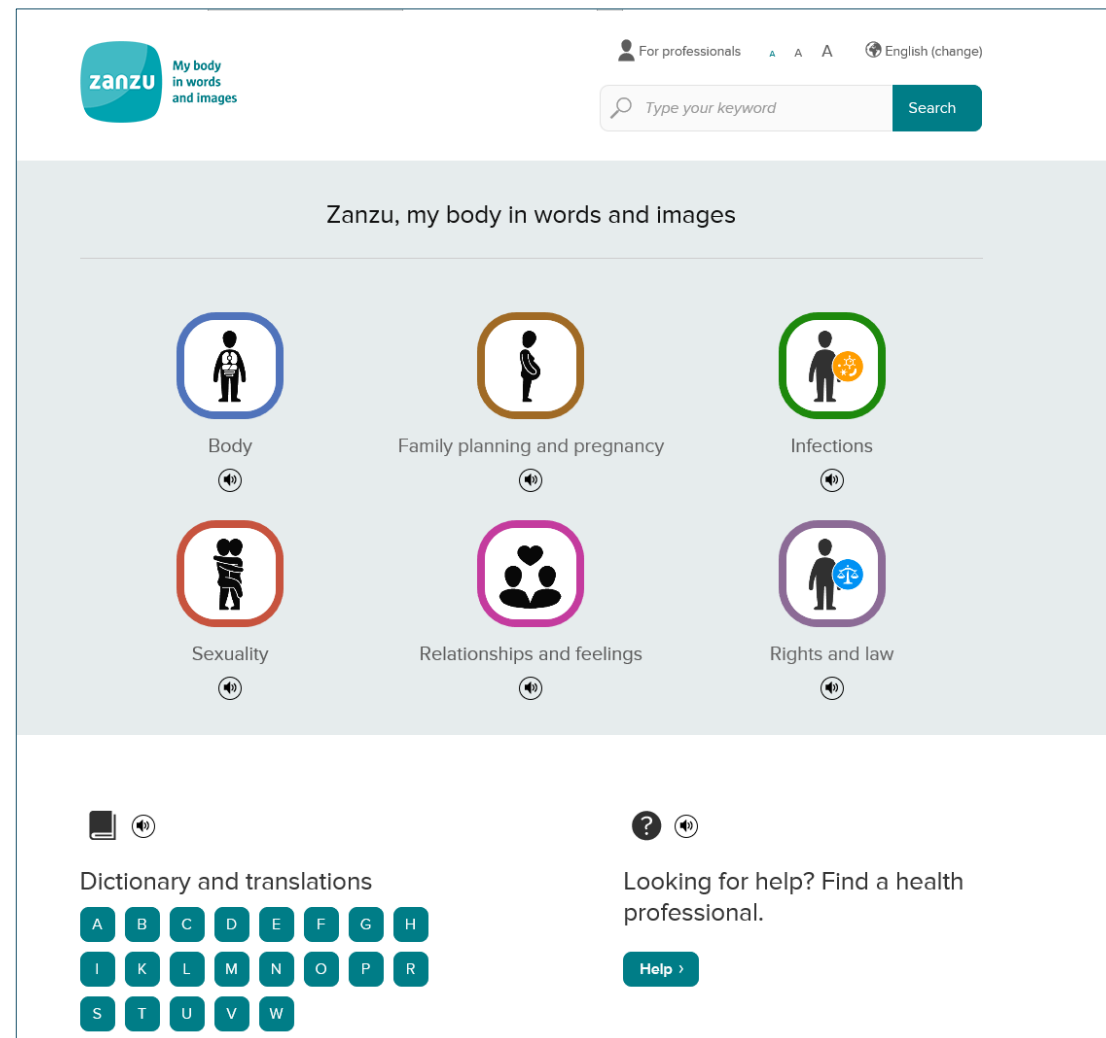
Migranter

- Mål: styrke kunnskap om seksuell og reproduktiv helse blant nyankomne innvandrere og asylsøkere
- Prevensjon og lavterskeltiltak for å nå minoritetskvinner
- Testtilbud og informasjon om hiv og soi som når de som trenger det mest
- Offentlig informasjonsside om SRHR: Zanzu



Zanzu – SRHR informasjon til personer med kort botid

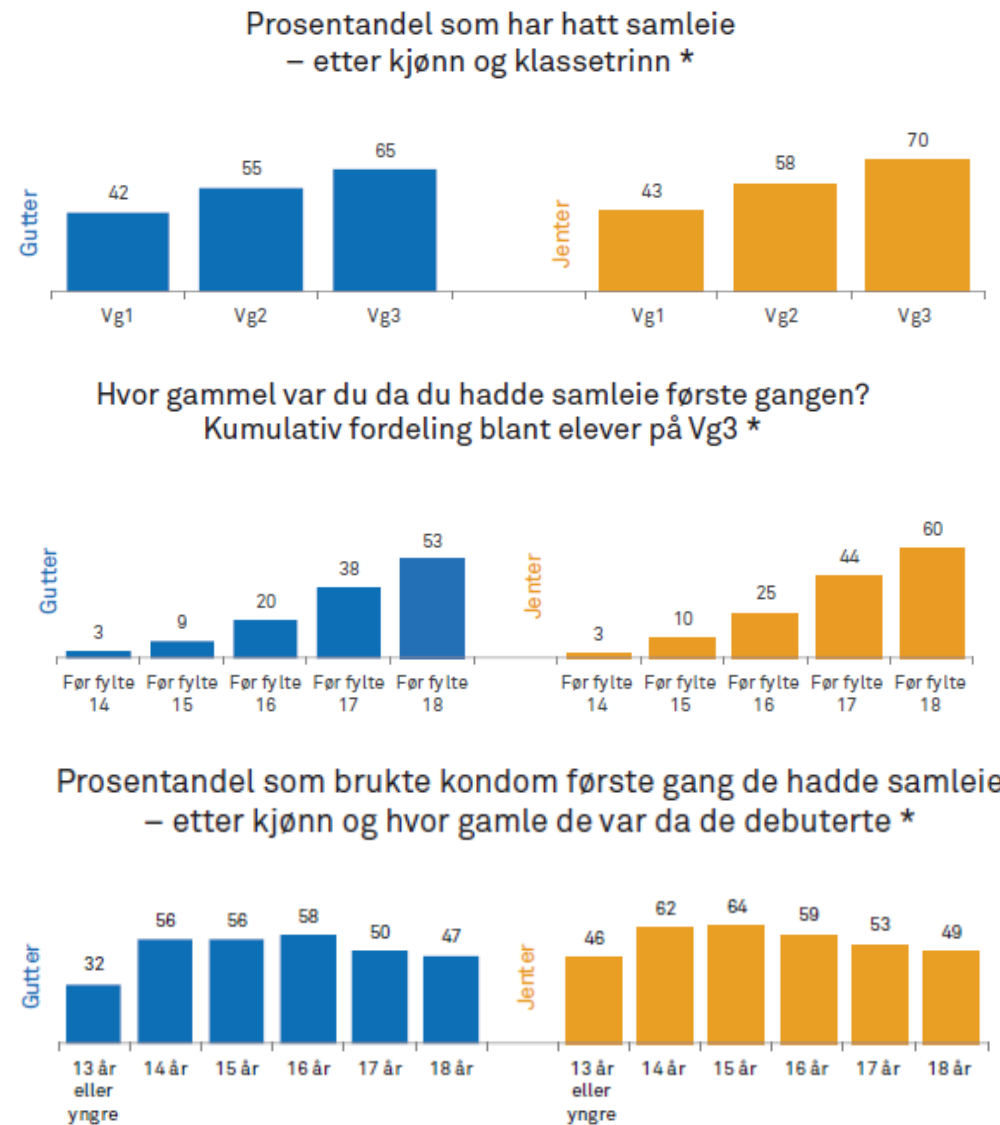
- Informasjon om SRHR særlig rettet mot personer med kort botid i landet.
- Klarspråk og pedagogisk fremstilling, tydelige illustrasjoner
- Utviklet av tyske helsemyndigheter i samarbeid med IPPF Belgia, i samråd med nasjonale og europeiske eksperter på seksuell helse, migrasjon og folkehelse.
- Kan inkluderes i opplæringsprogrammer for asylsøkere.
- Kan forenkle kommunikasjon mellom fagpersoner og pasienter/brukere i situasjoner der tolk ikke er tilgjengelig (kan ha to språk samtidig)
- Kan benyttes som en del av seksualitetsundervisningen i skolen og i mottak.



Status for unges seksuelle helse

Ungdata

- Fra 2017 er seksuell helse for første gang innarbeidet i grunnmodulen, bare til vgs elever
- Spør om: kjæreste, samleie, alder ved debut, bruk av prevensjon ved første samleie, bruk av kondom ved første samleie, seksuell trakassering
- Bekrefter tidligere funn: en tredjedel har debutert før vgs, en tredjedel debuterer ila vgs, en tredjedel etter vgs

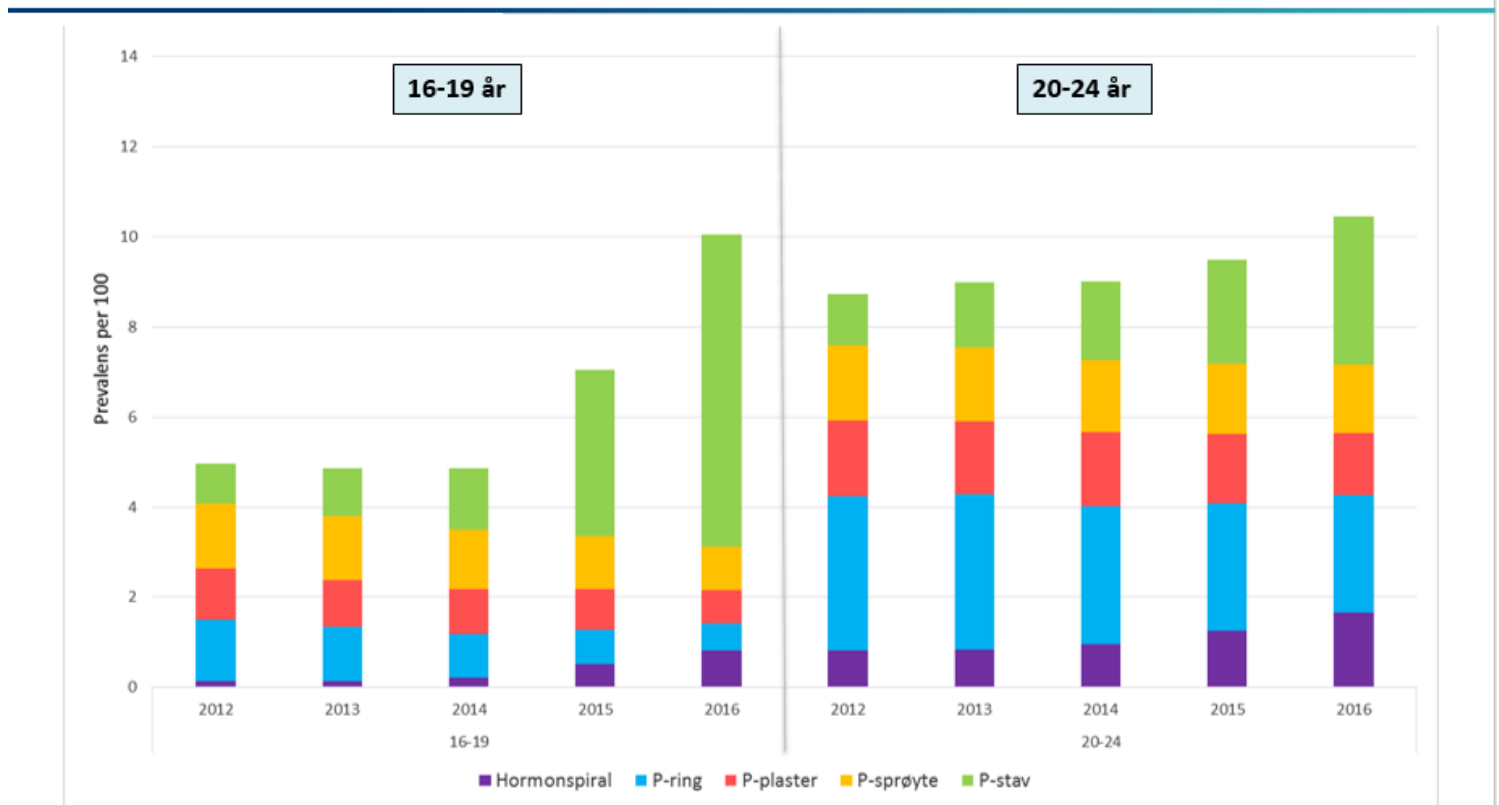


Status for unges seksuelle helse

Langtidsvirkende prevensjon

- Bruk av LARC 16-19 år er doblet fra 2014 til 2016
- Bruk av **p-stav** er vanligst, men også bruk av **hormonspiral** øker
- 2015: LARC inkludert i subsidieringsordning
- 2016: utvidet forskrivningsrett for jordmødre og helsesøstre

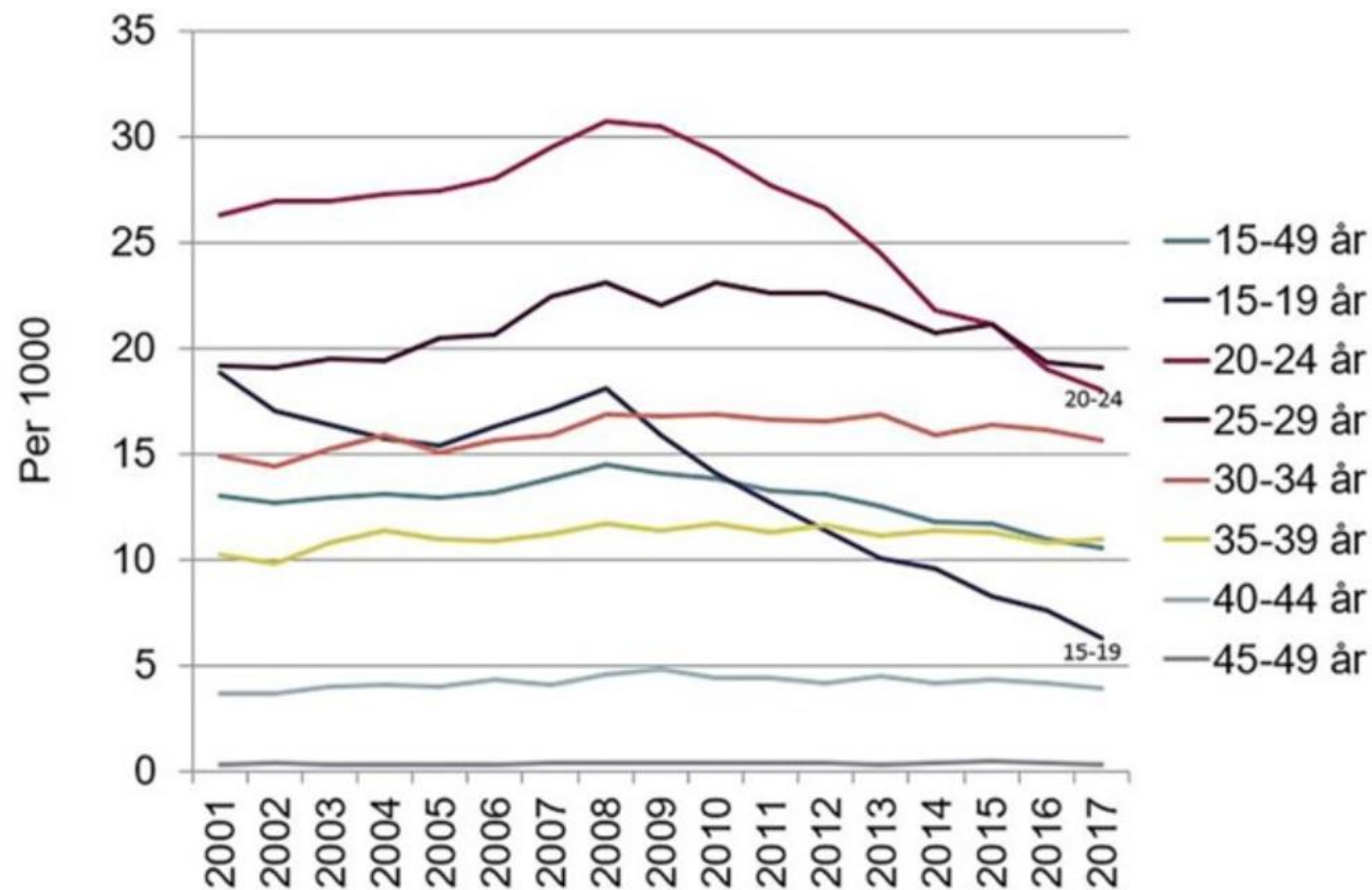
Bruk av langtidsvirkende prevensjonsmidler hos 16-19 år og 20-24 år



Status for unges seksuelle helse

Uønskede svangerskap

- Historisk lave aborttall: 6,3 per 1000 kvinner under 20 år, en halvering siden 2012
- Tenåringsfødsler: 80 jenter under 17 år fikk barn i 2017, en nedgang på 70 % siden 2009



Figur 1. Svangerskapsavbrot i ulike aldersgrupper frå 2001 til 2017, per 1000 kvinner.

Kunnskap om seksuell helse

Hva lurur ungdom på?

- Ung.no – en offentlig, kvalitetssikret informasjonsside med spørsmål/svar tjeneste
- Fra 1. januar 2017 også helsespørsmål

Mest leste artikler	
Porno	17 632
Aldersgrenser og båtkjøring	10 915
20 tegn på at han/hun liker deg	8 155
Kåthet, onanering og orgasme	7 455
20 tegn på at DU er forelsket	7 141
Hva er det vanlig å veie?	7 128
Å nei, ikke mensen nå!	6 880
Aldersgrenser og alkohol	6 686

The screenshot shows the Ung.no website interface. At the top, there is a navigation bar with options like 'Artikler', 'Spørsmål og svar', 'Quiz', 'Stem!', 'Diskuter', 'Lovbrudd', and 'Finn rett prevensjon'. The main content area is titled 'Lurer du på noe?' and features a search box with the text 'Søk i spørsmål og svar' and a search button. Below the search box, there is a section for 'Still oss et spørsmål' with dropdown menus for 'Hva lurur du på?' and 'Hvor gammel er du?', and radio buttons for 'Jente', 'Gutt', and 'Annet'. To the right, there is a 'Siste spørsmål og svar' section with a list of questions and answers. At the bottom, there is a section for 'Har du allerede stilt spørsmål og'.

Emne

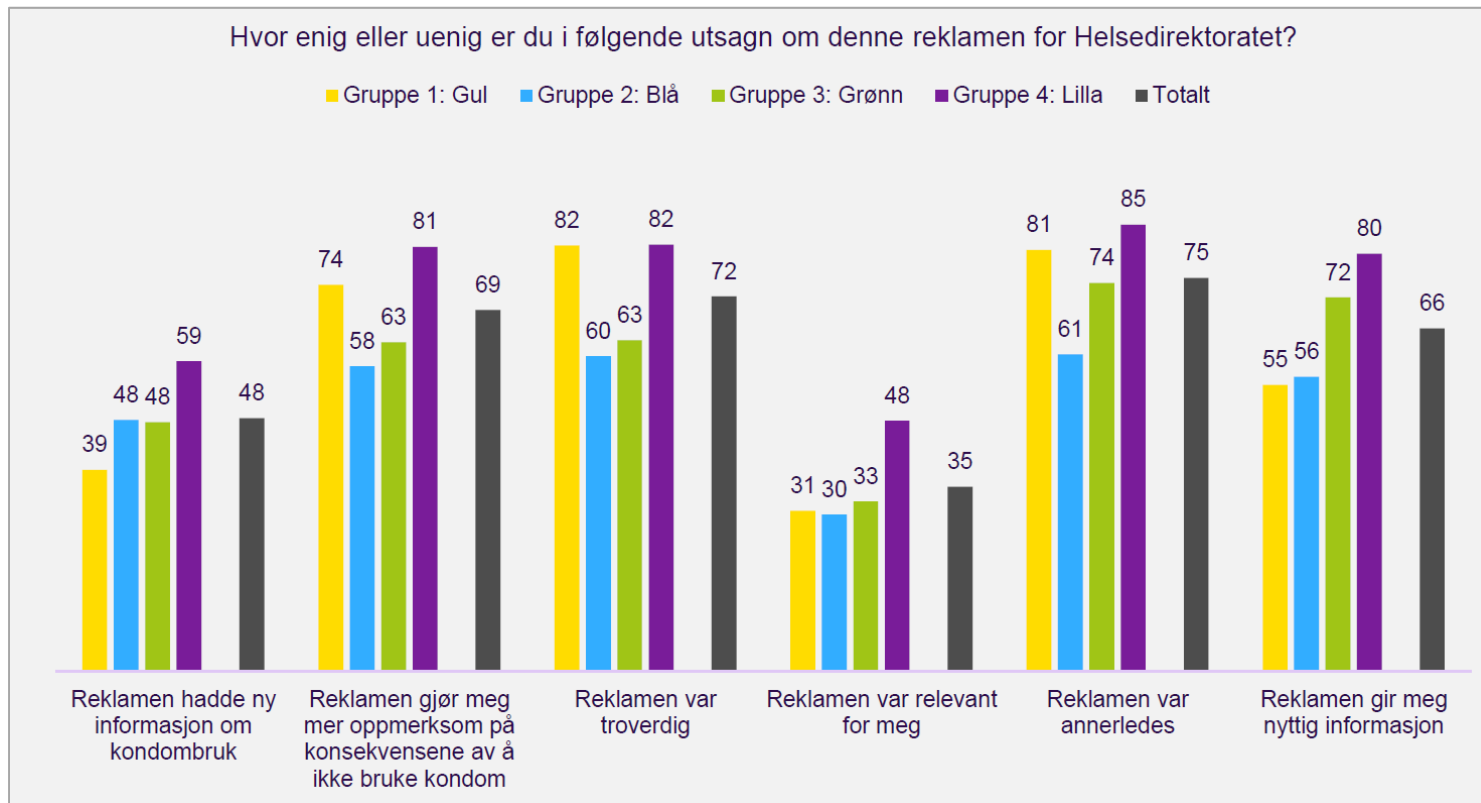
- #Ikke greit
- Adopsjon
- Aldersgrenser
- Alkohol
- Arbeid / jobb
- Asyl og innvandring
- Barnvern
- Bistand
- Bolig
- Diskriminering
- Doping
- Dårlig råd
- Ekteskap
- Europa og verden
- Familie
- Flytte hjemmefra
- Forbruker
- Forelskelse
- Fritid
- Frivillig arbeid
- Funksjonsnedsettelse
- Førerkort
- Graviditet
- Hjelpe tjenester
- Hobby
- Homofil / skeiv
- Idrett
- Kjønnsidentitet
- Kjønnsidentitet
- Kjønnslemlestelse
- Konfirmasjon
- Konfliktløsning
- Krig og fred
- Kriminalitet
- Kropp og helse
- Likestilling
- Lov og rett
- Lovbrudd
- Mat og kosthold
- Miljøvern
- Minoriteter
- Mobbing
- Nettvett

Siste spørsmål og svar

- Psykisk / følelser Hvordan få bort sultfølelsen, har det ofte. Spiser lite fordi jeg får vondt.
- Prevensjon Når får jeg regelmessig mens etter Cerazette?
- Prevensjon Kan jeg være gravid?
- Jobbjakt Flytte til sverige også jobbe der
- Graviditet Hva er normal mens?
- Flytte hjemmefra Kan jeg flytte for meg selv mens jeg mottar AAP?
- Rusmidler Mistenker at broren min russer ser
- Arbeid / jobb Hva skjer når jeg overstiger frikortgrensen?
- Graviditet Hvordan gjøre det slutt i forholdet?
- Vennskap Hvordan starte en samtale med andre på skolen? Lært norsk alene i 6...
- Høyere utdanning ønsker å bli psykolog med spesialisering innen rus
- Sosialhjelp Jeg har søkt om støttekontakt, men ikke fått svar. Hva gjør jeg?
- Prevensjon Når passer det å begynne med p-piller?
- Sex Hvordan få tak i riktig kondom?
- Psykisk / følelser Har dødsangst.
- Vennskap Vil følelser utvikle seg med tiden?
- Arbeid / jobb Jeg vil være i utlandet i 10.12 måneder, hva gjør jeg?
- Forelskelse Har kjæreste, men fått følelser for eks-kjæresten min igjen.
- #Ikke greit Jeg ble beført og tatt bilder av mens jeg sov, kan jeg anmelde det?
- Lov og rett Er det ulovlig å ta fugeskum i andre sine postkasser?
- Funksjonsnedset... Jeg har blitt ung ufør - har jeg krav på noe fra forsikring?
- Arbeid / jobb Jeg har spørsmål om medlemskap i folketrygden
- Vennskap Hvordan holde kontakt med en venn som har det vanskelig?
- Ekteskap Vil gjerne redde forholdet, men føler ikke at kjæresten min prøver.
- Kropp og helse Hvor lang tid tar det før en fryst mollusk vil forsvinne?
- Førerkort Kan jeg få dekket traktorlappen av NAV?
- Psykisk / følelser Jeg har uføretrygd, ønsker å ta utdanning og få jobb.
- Aldersgrenser Hva skjer hvis jeg ikke signerer på boten?
- Alkohol Får jeg straff hvis jeg drikker sammen med ei som er under 18 år?
- Graviditet Er det vanlig med kraftige blødninger etter å ha tatt angrepille?
- Familie Mor har støv på hjernen og kjetter mye på meg
- Lovbrudd Deprimert og orker ikke være hjemme lengre
- Lov og rett Spørsmål om vergemål for lettere psykisk utviklingshemmet
- Lovbrudd Ombygd elsykkel
- Kriminalitet Polititattest som vernepleier

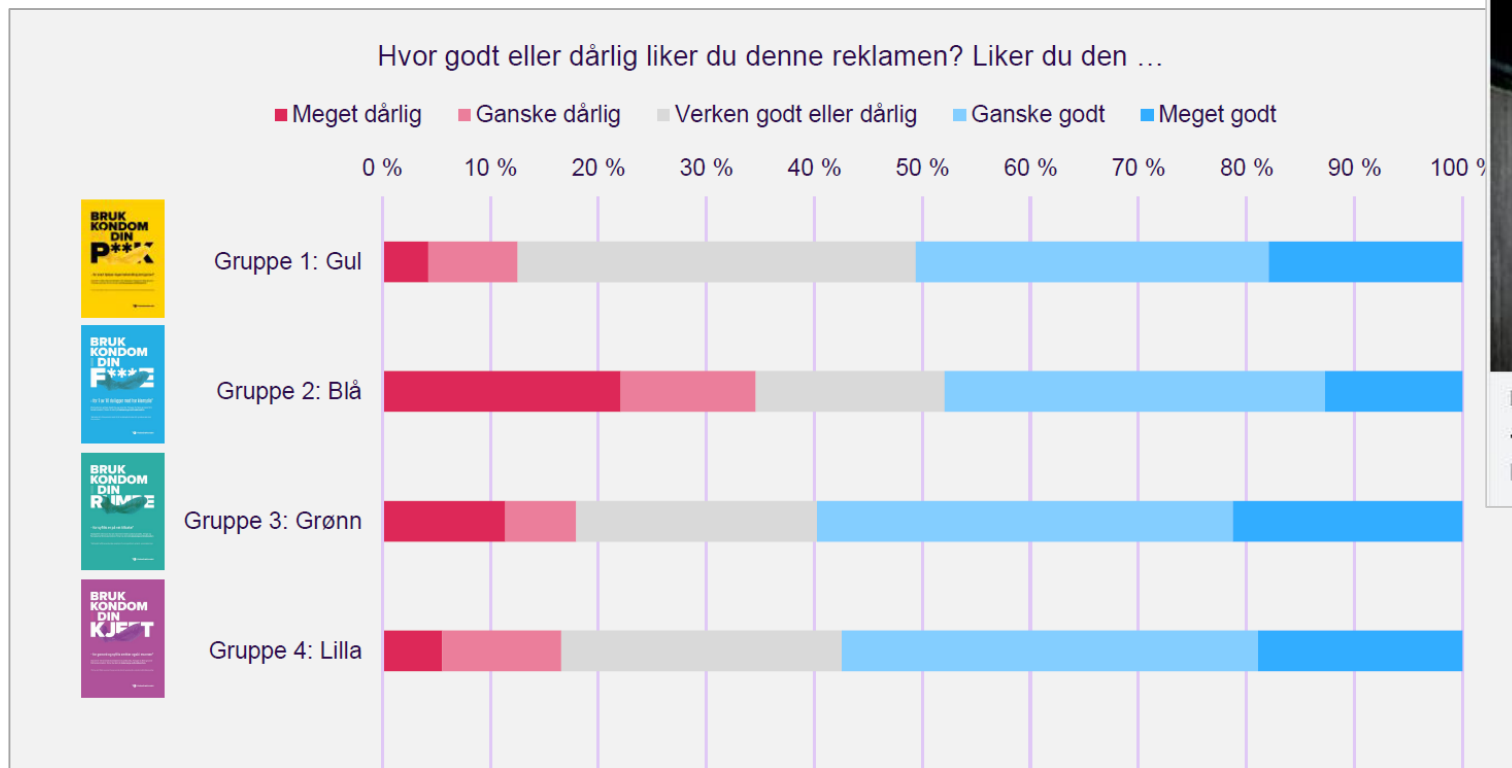
Status for unges seksuelle helse

Kondomkampanjen ny kunnskap



- Økte kunnskap om økende forekomst av gonoré og syfilis
- Ny kunnskap knyttet til oralsex og bruk av kondom

Kondomkampanjen - respons



Illustrasjon: Mindshare 2018

RA Rogalands Avis
12. juni · 🌐

– Når barn ned i 7-årsalderen spør: «Hva er pikk?», etter å ha lest på plakatene på skoleveien, er det veldig upassende, sier Stavanger KrFs Anne Kristin Bruns. (RA+)

DAGSAVISEN.NO
– Språklig forsøpling av det offentlige rom
KrF kvinner kaller språkbruken i en kondomkampanje for...

Faksimile KrF Stavangers Facebookside

- Fitte er veldig mye mer provoserende enn pikk?

Kunnskap og informasjon om seksuell helse i helsetjenestene

- Helsepersonell bør gi rom for spørsmål knyttet til seksualitet og helse, og kunne gi begrenset, tilpasset informasjon om bivirkninger av behandling, helseplager osv.
- Unge funksjonshemmede: både helsepersonell, lærere og ungdom vegrer seg for å snakke om seksualitet og funksjonsevne
- Hvem bestemmer når det er relevant å tematisere seksualitet og seksuell helse? Strategien viser til PLISSIT modellen

KREFTFORENINGEN Om kreft Forsbygging Tilbud til deg Vi påvirker Forskning Om oss Sak English Støtt oss

Kreftformer Behandling Undersøkelser Hva er kreft? Senskader Oppdag kreft tidlig Arvelighet Uhelbredelig og kronisk Screening Råd og rettigheter

Seksualitet

For mange mennesker kan det være vanskelig å snakke om seksuelle følelser, lyster og ønsker, også til de man står nær. Seksualitet og sex er noe av det mest private vi har.

Ved å fortelle sin partner om lyster og opplevelser, usikkerhet og ikke liker, kan man gjøre sex til mer enn det å oppnå utløsning.

Første forutsetning for å kunne gjenoppta seksuallivet etter diagnose, men mange opplever at dette er det vanskeligste.

Kanskje er du redd for å bli avvist, for at det skal gjøre vondt, vanskelig å forholde seg til en endret kropp. Det kan ta tid som på en eller annen måte er annerledes, både for deg og for partneren, føle seg klænete og til og med le litt av seg selv.

«Seksualliteten påvirkes av våre tanker, følelser, handlinger og holdninger» (WHO arbeidsdefinisjon av seksuallitet).

Myter om kreft

Kreft og kreftbehandling er dessverre forbundet med en del fordommer. De kan gi opphav til unødige frykt og tilbakeholdenhet og partnere.

- Uansett hvor intim kontakt man har, kreft er ikke smittsom.

Unge funksjonshemmede Vi jobber med For medlemsorganisasjoner Ressurser Om oss Søk Q

Vi skal lage et e-læringsverktøy om seksuell helse og trenger din hjelp!

Sex som funker – Unges erfaringer med seksualitet og funksjonsevne (2018)

Ungdom med positive følelser for egen kropp og god kunnskap om seksualitet har ofte bedre psykisk og fysisk helse. I denne rapporten har vi intervjuet unge om deres erfaringer med seksualitet og funksjonsevne.

Publisert 13. februar 2018
Skrevet av Tora Hope

Oslo universitetssykehus

SØK MENY

Forside > Behandlinger > Hysterektomi - fjerning av livmor, ikke kreft
Inngår i behandlingsprogrammet Menstruasjonsblødninger

Hysterektomi - fjerning av livmor, ikke kreft

PO/Dagkirurgi

Det kan være ulike årsaker til at du må fjerne livmoren. Mange forbinder denne behandlingen med kreft, men det finnes mange andre sykdommer der behandlingen er å fjerne livmoren. Disse sykdommene er sjelden farlige, men kan føre til store plager og nedsatt livskvalitet. Å fjerne hele livmoren blir kalt for en hysterektomi. Livmoren kan fjernes med kikkhullsoperasjon (laparoskopi), eller åpen kirurgi (laparotomi).

Se ventetider på [Velg behandlingstidspunkt](#) (helsenorge.no)

1. FØR > 2. UNDER > 3. ETTER

Kontakt

Henvising og vurdering

→ Henvisinger til Oslo universitetssykehus sendes til henvisingmottaket