



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



العلاقة الحميمة بعد إصابات الدماغ

Intercourse After Brain Injury

العلاقة الحميمية:

• يملك كل شخص العديد من الخبرات والعواطف والمشاعر، و لكل شخص طريقة في التعبير عن رغباته كالتحدث، والمعانقة، أو مجرد عقد اليدين كما يمكن أن يشمل أيضاً الاتصال الجنسي.

متى يمكنني البدء بالاتصال الجنسي بعد إصابة الدماغ؟

بالإمكان أن يكون في أقرب وقت يعتقد الطبيب فيه أن حالتك الصحية مستقرة.

في معظم الأحيان، إذا كان لدى الناس مشاكل جنسية بعد إصابة الدماغ فهي مشاكل متعلقة "بالتفكير" وليست بالممارسة. قد تكون نتيجة للتغير في شعورك تجاه نفسك أو مشاعر الاكتئاب أو القلق قبل البدء في النشاط الجنسي.

تحدّث / تحدّثي مع طبيبك حول القدرة الجنسية أو الحماية من الحمل غير المخطط له.

يمكن للمرأة أن تحمل بعد إصابة الدماغ حتى وإن لم تعد دورتها الشهرية.

هل المشاكل الجنسية شائعة بعد الإصابة في الدماغ؟

تشيع التغيرات في الأداء الجنسي بعد إصابة الدماغ وقد تكون بسبب:

المشاكل الطبية و النفسية و خاصة الاكتئاب .

تغيرات في الرغبة الجنسية أو القدرة على الشعور بالنشوة .

مشاكل انخفاض الحركة و الطاقة قد تجعل ممارسة هذا النشاط صعبا.

مشاكل جسدية:

قد تحتاج إلى التغيير في طريقة الأداء والممارسة. إذا كان لديك ضعف في الحركة أو تشنج. تحدث إلى شريكك حول إعادة المحاولة بالقيام بوضعية جديدة.

إذا كان هناك أي مشاكل مرتبطة بالمشانة والأعضاء كالسلس خلال نشاطاتك اليومية، قد يحدث ذلك أيضا خلال الممارسة الجنسية لذا عليك استخدام دورة المياه قبل الممارسة.

التحدث مع شريكك والممارسة هي الحل والطريق لجعل النشاط الجنسي ممتعاً بعد الإصابة.



الخوف من أن تكون غير جذاب:

- شارك مخاوفك ورغباتك وحاجاتك مع شريكك.
- قد يساعدك الشريك في أن تكون مرتاحا أكثر في التعبير.
- على الرغم من التغييرات التي حدثت، تذكر أنك لا زلت محبوبًا.
- تحدث مع طبيبك عن أي مشاكل لديك. بالإمكان أن يكون هناك طرق كثيرة للمساعدة.

هل يمكن للأدوية التأثير على الرغبة في الاتصال الجنسي؟

نعم، تحدث مع طبيبك حول الأعراض الخاصة بك، فقد تتغير القدرة على الانتصاب والقذف أو الوصول للنشوة، وهذا يختلف من شخص لآخر.



لا تتوقف عن أخذ الدواء قبل الحديث مع الطبيب



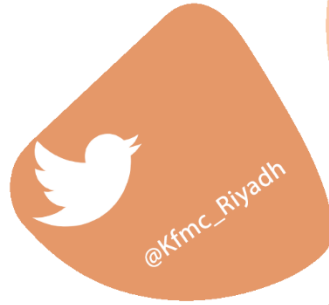
بعض النصائح لبدء علاقة جنسية مرة أخرى:

- تحدث بصراحة وتعلم قدر ما تستطيع.
- الممارسة والرغبة في محاولة أوضاع أو أشياء أخرى مهمة جدا للعودة للعلاقة الجنسية.
- لا تتردد في الطلب من طبيبك المزيد من المعلومات عن هذا الموضوع.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم الرعاية التأهيلية الشاملة



HEM1.18.000317

