Seksualitet og epilepsi

Epilepsi foreningens konference 12. juni 2026

Hvem er jeg?

Marlene Linnebjerg Kudsk

- Sygeplejerske siden 1996
- Epilepsihospitalet 2003 – 2012
- Sundhedsfaglig konsulent siden 2012 til nu
  Center for børn og unge, Københavns kommune

- Seksualvejleder 2018
- Master i Sexologi fra Aalborg universitet 2023

- Funktion

Seksualitet som rettighed

”Seksualitet er et centralt aspekt af at være menneske gennem hele livet og omfatter køn, kønsidentiteter og -roller, seksuel orientering, erotik, nydelse, intimitet og reproduktion.

Seksualitet opleves og udtrykkes i tanker, fantasier, ønsker, overbevisninger, holdninger, værdier, adfærd, praksisser, roller og relationer.

Selvom seksualitet kan omfatte alle disse dimensioner, opleves eller udtrykkes de ikke altid alle. Seksualitet påvirkes af samspillet mellem biologiske, psykologiske, sociale, økonomiske, politiske, kulturelle, juridiske, historiske, religiøse og spirituelle faktorer.”

- Verdenssundhedsorganisationen (WHO), 2025

World Health Organization

Hvorfor er seksualitet vigtig - sundhed

”Seksuel sundhed er en tilstand af fysisk, følelsesmæssigt, mentalt og socialt velbefindende i forbindelse med seksualitet: det er ikke alene fravær af sygdom, dysfunktion eller handicap.

Seksuel sundhed kræver en positiv og respektfuld tilgang til seksualitet og seksuelle forhold, såvel som muligheden for at have lystfyldte og sikre seksuelle oplevelser; frie for tvang, diskrimination og vold.

For at opnå og opretholde seksuel sundhed må ethvert individs seksuelle rettigheder respekteres, beskyttes og opfyldes.”

- Seksuel sundhed (WHO), 2002

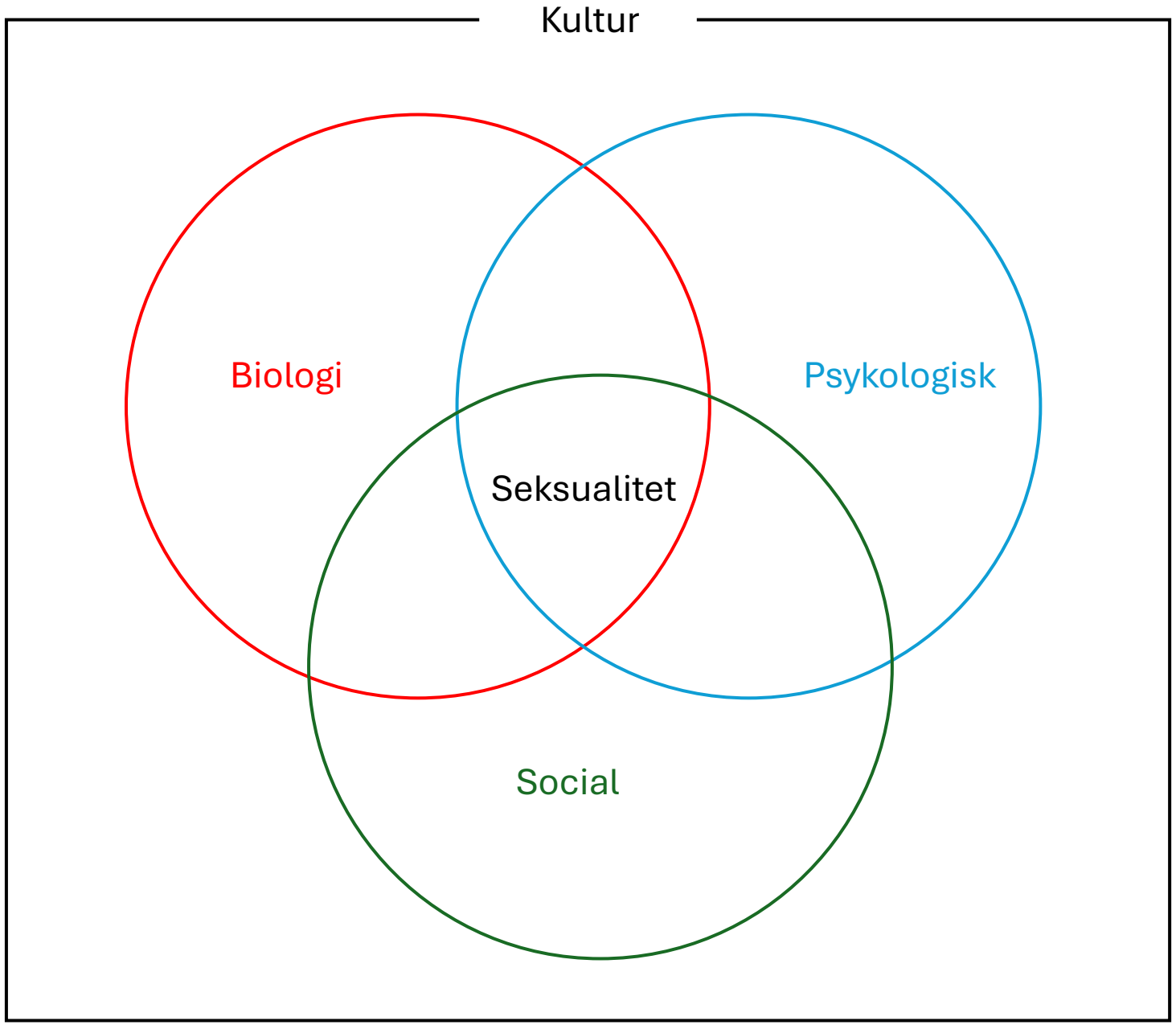
World Health Organization

Hvorfor taler vi ikke om det?

To-vejs tabu

- Blufærdighed
- Frygt for at krænke
- Frygt for at blive krænket
- Manglende viden

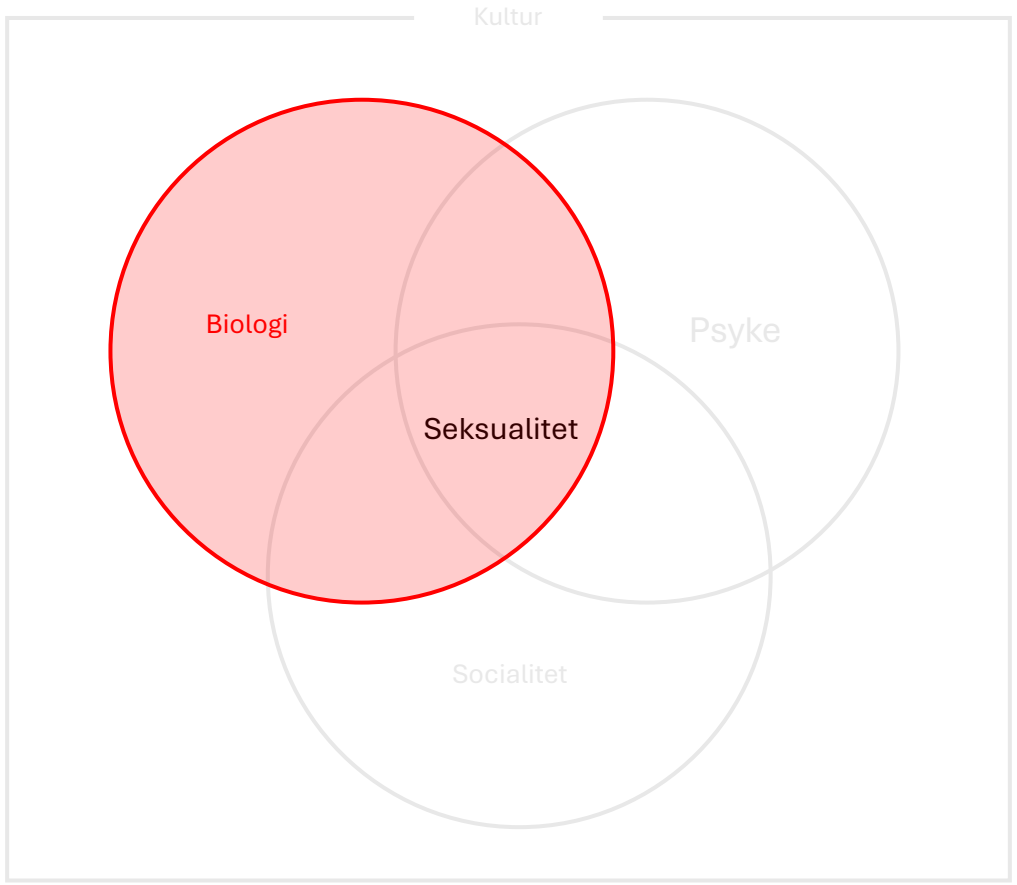
Den Bio-psyko-sociale model

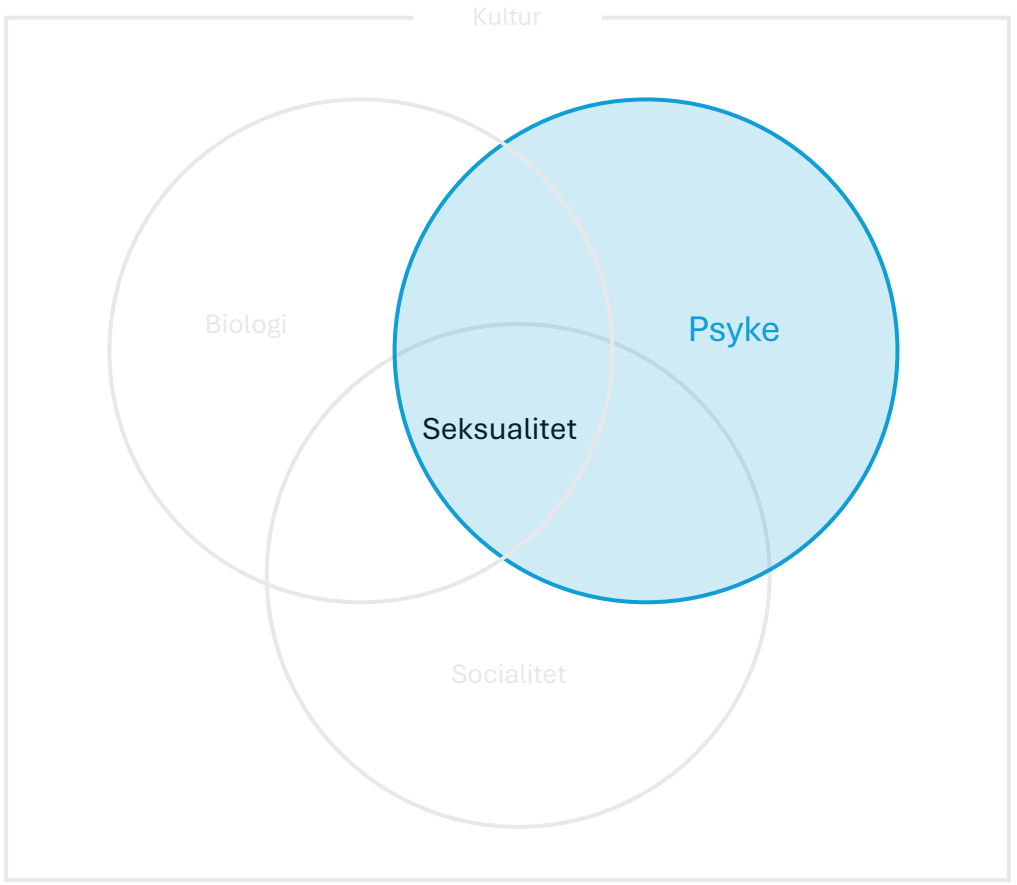


Biologi

Gavnlige effekter
- Længere levetid
- Smertelindring
- Bedre søvn
- Udskydelse af seksuelle aldersforandringer
- Oxytoxinudskillelse (hudsult)

Udfordringer
- Kropslige forandringer (bodyimage)
  – vægtøgning/tab (valproat – Topiramat)
- Træthed
- Smerter
- Kvalme
- Bevægelsesforstyrrelser
- Sanseforstyrrelser
- Medicin
  - Carbamazepin - lyst/rejsning/ fugt
  - Topiramat – rejsning/orgasme
  - Lyrica – lyst/rejsning





Psykologisk

Gavnlige effekter

- Øget livsglæde, selvværd og trivsel
- Mere positivt selvbillede
- Stressreduktion
- Mindre depression og angst
- Bedre mestringsevne
- Bedre behandlingsmotivation ved sygdom

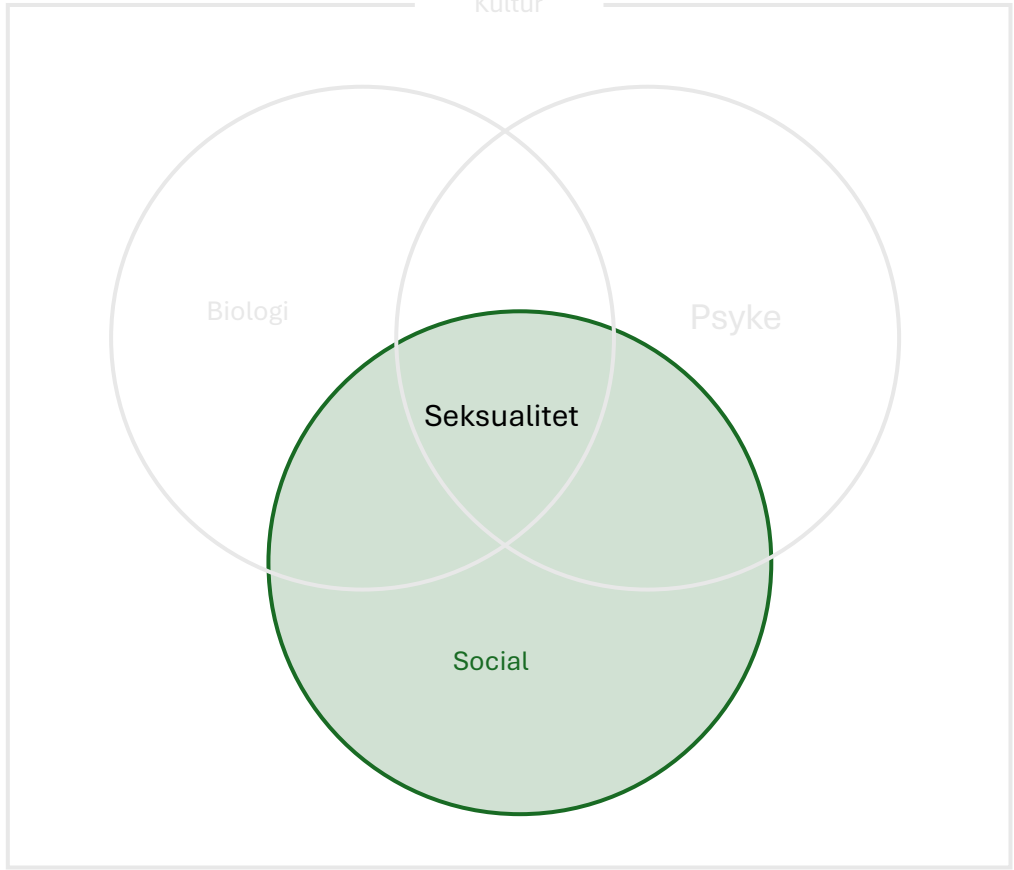
Udfordringer

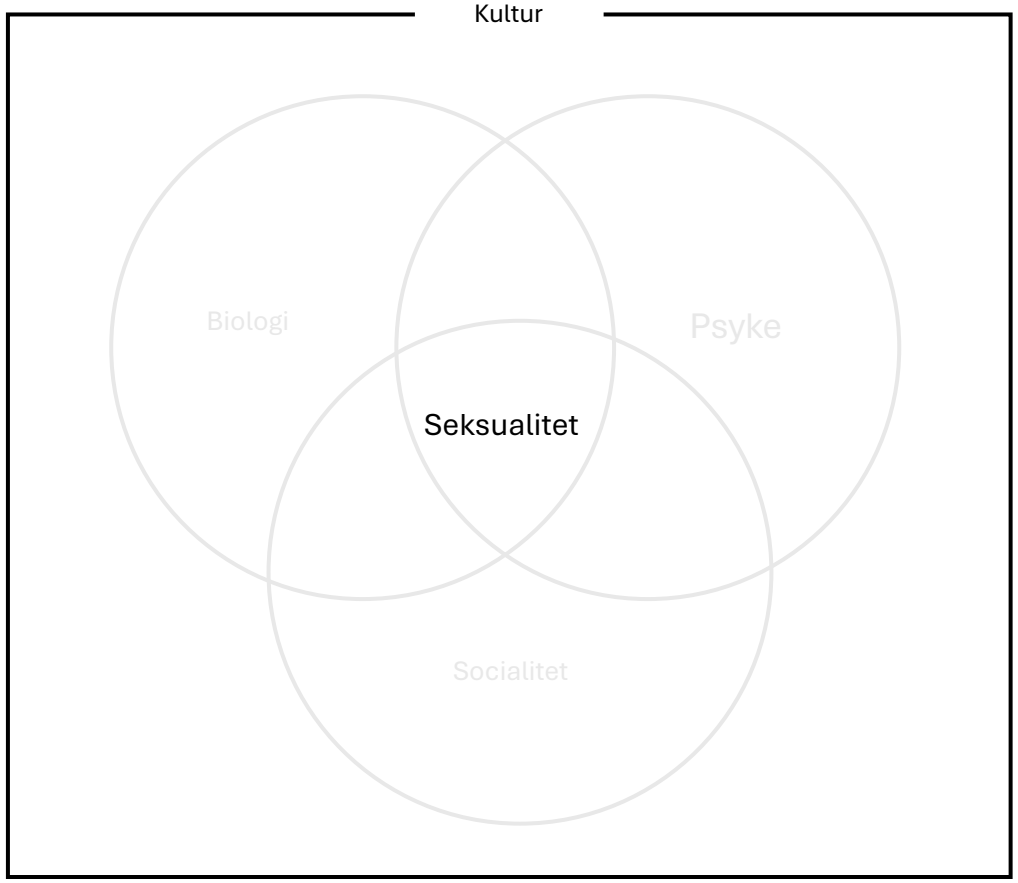
- Kriser
- Depression
- Sårbarhed
- Nedsat selvværd
- Skyld og skam
- Forstyrret kropsbillede
- Undgåelsesadfærd
- Forstyrret maskulinitet / feminitet

Social

Gavnlige effekter
- Styrkelse af forhold og intimitet
- Øget social deltagelse

Udfordringer
- Udtyndet netværk
- Social isolation
- Marginalisering og stigmatisering
- Status tab
- Relationelle belastninger
  (manglende viden, frygt, utryghed hos partneren)
- Kommunikationsproblemer med partner/samlever
  (ændret rollefordeling, afhængighed)





Kultur

- Normer
- Opdragelse
- Religion
- Geografi

Hvor kan du søge hjælp?

- Tal med dine nærmeste
- Neurolog
- Egen læge
- Sexolog
- Psykolog
- Terapeut
- Sexologisk klinik
- Seksualvejleder