



دانشگاه علوم پزشکی خراسان رضوی
مرکز بهداشت شماره سه شهرستان مشهد

روابط زناشویی در دوره سالمندی



بهار ۸۶
واحد سلامت روان

زوجهای بالغ که از نظر احساسی
به هم نزدیک بوده
و همدل می باشند بر راحتی
می توانند تغییر در نیازهای یکدیگر
را درک کنند ،
آنها عواطفشان را با یکدیگر
در میان می گذارند
و برای هم بمنزله قوت قلب هستند

علت بروز مشکلات جنسی در سنین یائسگی :

- ◀ کم شدن ترشحات زنانه که موجب خشکی مجرای زنانگی مهبل میشود ،
- ◀ ابتلا به بیماری قند خون
- ◀ مصرف برخی داروها
- ◀ مصرف سیگار و الکل

☑ بنا بر این هر چند روابط زناشویی ، یک مسأله بسیار شخصی و خصوصی است اما اگر در این مورد مشکلی دارید حتما آن را با پزشک در میان بگذارید ؛ زیرا بسیاری از این مشکلات قابل درمان است .

استفاده از روشهای پیشگیری از بارداری :
بسیاری از افراد یائسگی و قطع کامل قاعدگی در زنان را پایان دوران بارداری می دانند ولی بهتر است بدانید که در زنان زیر ۵۰ سال ، تا ۲ سال پس از قطع کامل قاعدگی و زنان بالای ۵۰ سال تا یک سال پس از قطع کامل قاعدگی ، احتمال بارداری وجود دارد و باید پس از مشورت با پزشک از یک روش مناسب پیشگیری از بارداری استفاده شود .

گروهی فکر می کنند که رابطه زناشویی فقط خاص جوانان است . در صورتی که این طور نیست و در دوره سالمندی نیز می توان روابط زناشویی مناسبی داشت . هر چند که با افزایش سن این روابط به تدریج کم می شود ، اما در مقابل آن رابطه عاطفی و صمیمیت بین زن و شوهر افزایش می یابد .
با افزایش سن ، بطور طبیعی تغییراتی در بدن مرد و زن بوجود می آید که موجب کاهش تدریجی روابط زناشویی میشود . این تغییرات ، طبیعی است ؛ اما اگر در حدی باشد که باعث نارضایتی شما یا همسران گردد و یا اگر بطور ناگهانی ایجاد شد لازم است به پزشک مراجعه کنید .

زوجهای آگاهی که از رابطه زناشویی با هم

لذت می برند تا

پایان عمر نیز از هم خسته نمی شوند ،

همچنین

این زوجهای آگاه تغییراتی را که در اندامهای جنسی شان
بدلیل بالا رفتن سن

ایجاد می شود براحتی می پذیرند .