

MENINGSMÅLING

ALDRI FOR GAMMEL FOR SEX

Mer enn 2000 mennesker i Norge over 60 år har deltatt i en undersøkelse om den seksuelle helsa si. Her har de svart på inngående spørsmål om alt fra legning og lyst til følelser og fantasier. Nå er resultatene klare.

TEKST: INGUNN SOLLI FOTO: ELLEN J. JARLI

UNDERSØKELSEN ER UTFØRT av Sex og Politikk, i samarbeid med Pensjonisten og Pensjonistforbundet. Og det er ingen tvil, den eldre garde har sex. Mye sex. Faktisk svarer hele 45 prosent i undersøkelsen at de har hatt sex i løpet av de siste tre dagene. Da regnes også onani med.

– Er det et overraskende høyt tall, Tore Aasheim, seniorrådgiver i Sex og Politikk?

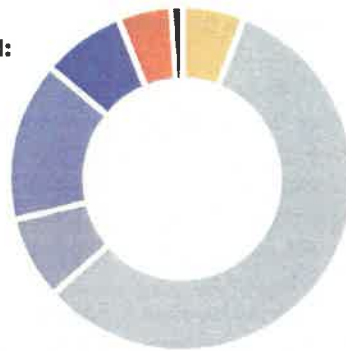
– Tja, som pensjonist har man gjerne god tid. Kan kanskje ligge og dra seg litt lenge om morgenen, og da kan jo ting skje. Jeg ble mer overrasket over engasjementet rundt seksualitet. Jeg synes det er fantastisk at så mange personer over 60 år, mer enn halvparten av dem er også over 70, har brukt tid på å svare detaljert, ærlig og åpent om sex.

Aasheim understreker at dette ikke er en vitenskapelig, representativ undersøkelse. Undersøkelsen ble utført digitalt, den er frivillig og helt anonym. Deltakerne ble blant annet rekruttert gjennom om-

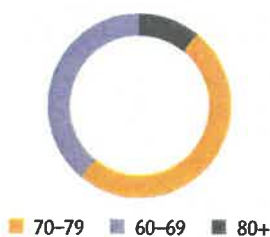
DISSE SVARTE PÅ UNDERSØKELSEN:

Sivilstatus

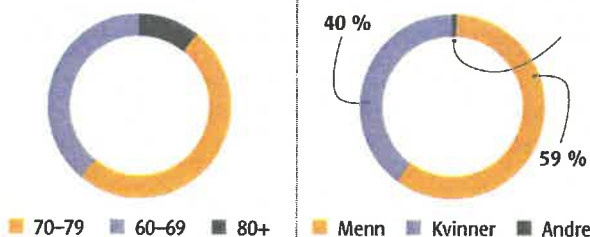
- Singel
- Gift
- Partner
- Kjæreste
- Enke/enkemann
- Skilt
- Andre



Aldersfordeling:



Kjønnsforeling:



SVAR FRA UNDERSØKELSEN:

For meg personlig er sex en viktig del av livet og gjør livet verdt å leve. (92 %)

tale i Pensjonisten og gjennom Pensjonistforbundets nyhetsbrev.

– Det er antakelig en overvekt av personer som er ganske positive til sex som har deltatt, men det er likevel så mange svar, at det kompenserer noe for feilkildene, sier han.

Fastlegene skuffer. – Noen negative overraskelser?

– Jeg synes det er skuffende at fastlegene åpenbart ikke tør å snakke med sine eldre pasienter om deres seksuelle helse. Bare ni prosent rapporterer at fastlegen har spurt om dette. Antakelig er det mange unge leger som synes det er vanskelig å snakke om sex med noen som kunne vært bestemor deres. Og motsatt. Man snakker jo ikke med barnebarne om sex.

– Det er ikke så ofte vi leser eller snakker om Eldres seksualitet, verken på legekantoret eller andre steder?

– Nei, og det er noe av målet med undersøkelsen: Få Eldres seksuelle helse på dagsordenen. Begynne samtalen. Når vi tidligere har forsøkt å snakke med media om

Enten du har mye, lite eller ingen sex i det hele tatt, er det noe du fortsatt savner?

Her kan du krysse av på flere alternativer.

| | | |
|--|-----|--|
| Jeg savner nærhet | 656 | |
| Jeg savner samleie | 727 | |
| Jeg savner det å bli opphisset/kåt | 436 | |
| Jeg har det bra som jeg har det | 856 | |
| Jeg savner å bli begjært | 571 | |
| Jeg savner å få skikkelig reisning | 469 | |
| Jeg savner den intense lidenskapen | 514 | |
| Jeg savner å slippe å bruke glidemiddel | 128 | |
| Jeg savner å få orgasme | 254 | |
| Jeg savner å slippe å bruke seksuelle hjelpemidler | 95 | |
| Annet | 92 | |



POSITIVT.

– Det er tydelig at de som har svart på undersøkelsen har vært noen runder rundt sola. De er stort sett ganske trygge på egen seksualitet, og skammer seg veldig lite, konkluderer Tore Aasheim.



Sex og Politikk jobber for seksuell helse for alle, og har blant annet utviklet et nettsted for helsepersonell og personer over 60 år: www.uke66.no

På siden finner du blant annet mer informasjon, tips til nettdating, «fjellvettregler» ved bruk av sexleketøy og mye annet, tilpasset en eldre befolkning.

dette, har responsen vært at «eldre og sex blir for smalt». Smalt? Det angår jo enormt mange mennesker! Mange tror nok at eldre ikke har sex i særlig grad. Jeg har faktisk stått og kranglet med helsepersonell som hevdet at damer over 70 ikke har sex, de har tørka inn. Ja, det begrepet ble brukt.

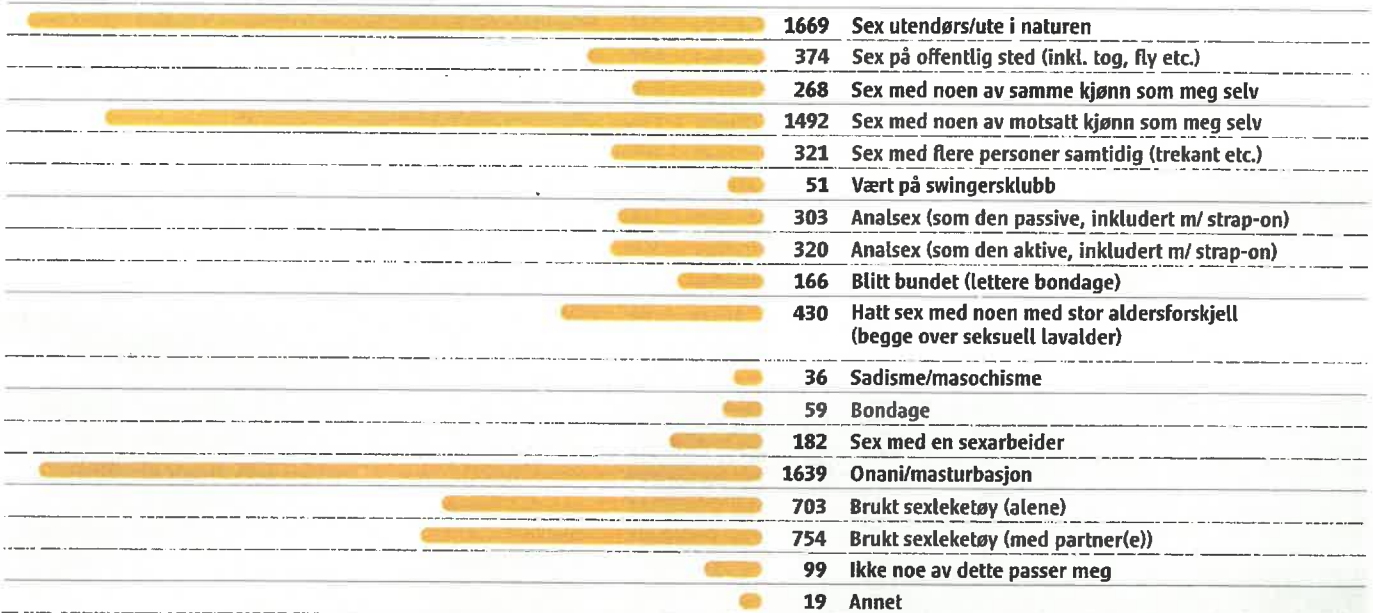
Tore Aasheim trekker oppgitt på skuldrene. Samtidig kan han notere seg en solid hjemmeseier, ettersom denne undersøkelsen har vakt berettiget oppsikt, både i Norge og utlandet. Han har blant annet presentert funnene på en verdenskonferanse i Brisbane, til stor interesse fra helseper-

SVAR FRA UNDERSØKELSEN:

Det viktigste for meg når jeg blir eldre er at kroppen fungerer (94 %)

MENINGSMÅLING

Hvilke av de følgende seksuelle aktivitetene har du prøvd så langt i livet?



SVAR FRA UNDERSØKELSEN:

Jeg synes det er slitsomt å lete etter en sexpartner. (21 %)

sonell og sexologer. Kunnskapen på feltet er svært begrenset, har det vist seg.

– Folk var nesten overveldet over at vi hadde en positiv vinkling på temaet, ikke problemfokuset. Det virket som det var første gang de hadde tenkt tanken. De var nesten euforiske.

Fantasier og erfaringer. – *Noen spennende funn i undersøkelsen?*

– Mange! Nordmenn har tydeligvis mye sex i det fri – over 80 prosent sier at de har hatt sex utendørs. Og den vanligste seksuelle fantasien er faktisk å ha sex med flere samtidig. Mer enn 30 prosent sier de har fantasier om det. Jeg synes også det er interessant at mange ikke definerer seg helt homofile eller helt heterofile. Vi brukte Kinsey-skalaen, der du gir deg selv scoren 1 hvis du er helt heterofil og 7 hvis du er helt homofil. Det var 81 prosent som ga seg selv scoren 1, og 3 prosent definerte seg som helt homofile. Det gir faktisk hele 16 prosent som er «litt åpne for forslag», sier Aasheim med et smil.

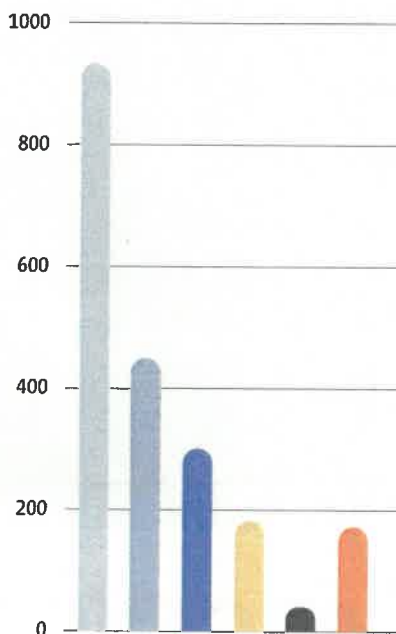
Han understreker at sex helt tydelig er viktig også i eldre år. Det sier deltakerne i undersøkelsen klart fra om. Dessuten



PÅ DAGSORDENEN. Eldres seksuelle helse bør være tema både på legkontoret og i politikken, mener Tore Aasheim.

Når var det sist du hadde sex (alene eller med en annen person)?

- 0-3 dager siden (934)
- 3-7 dager siden (450)
- 1 til 2 uker siden (302)
- Mer enn en måned siden (183)
- Mer enn seks måneder siden (41)
- Mer enn et år siden (174)



viser forskning at et levende sexliv er forbundet med sunn og aktiv aldring.

– Alderdom regnes likevel fortsatt som en aseksuell fase av livet, på linje med barndommen. En del tror dessuten at hvis eldre har sex, så er det bare litt sånn kosing. Men det er helt tydelig at ereksjon og samleie er viktig. Mennene sier at de ønsker å ha ståpikk, og det må tas alvorlig av sexologer og helsepersonell. Og kanskje mor på sykehjemmet kunne hatt glede av en vibrator i nattbordskuffen. Eldre er hele mennesker som alle andre, med lyster og drømmer. Dette er erfaringer vi har gjort når vi har snakket med eldre fram til nå, og alt bekreftes i denne undersøkelsen. Vi er et land med en aldrende befolkning, likevel har det vært påfallende

stille om Eldres seksuelle helse. Det viktigste er at vi begynner å snakke om det, og nå håper vi at det også kommer opp på den politiske agendaen, sier en engasjert Tore Aasheim (60), som gleder seg til å bli eldre. ☺

SVAR FRA UNDERSØKELSEN:

Jeg synes det er viktig at jeg tar vare på utseendet mitt, selv når jeg blir eldre
(92 %)

SEKS AV TI PENSJONISTER SAVNER JOBBEN

Mange pensjonister savner jobben sin. Særlig kolleger, arbeidsoppgaver og det å være til nytte. Mer få savner sjefen, viser en spørreundersøkelse fra Kunnskapssenter for et lengre arbeidsliv.

De yngste senioren savner jobben aller mest, mens de med høyest utdanning savner den minst. Hele 92 prosent savner arbeidskamerater sine, og det forsetter langt opp i årene. Men det er bare 35 prosent som savner sjefen sin.

Det er også mange som savner lønna si, åtte av ti skulle gjerne ha den inntekten fortsatt. 86 prosent savner arbeidsoppgavene, 70 prosent savner noe fast å gå til – og alle savner å være til nytte.

Undersøkelsen viser også at stadig flere skyver pensjonisttilværelsen foran seg. Det skyldes hensyn både livskvalitet og økonomi.

– Mange av oss har en klar formening om når vi skal sette punktum i yrkeslivet. Men jo nærmere kommer det tidspunktet, jo større mer avgjørende fremstår beslutningen. I en slik fase begynner mange også å se annerledes på jobben enn de hittil har gjort. De ser alle de spennende utfordringene den gir, alle kollegaene man møter, og ikke minst det nærmest eksistensielle spørsmålet: Ha skal jeg fylle all fritiden min med når jeg slutter? Summen av alt dette gjør at mange velger å fortsette, sa direktør Kari Østerud ved Kunnskapssenter for lengre arbeidsliv til VG, som først omtalte saken. ☺