

BAKGRUNN

Seksualitet og seksuell helse er et tabubelagt tema, og få kjenner til hvem som har ansvaret for å formidle seksualtekniske hjelpemidler. Derfor har Unge funksjonshemmede og Ligestillingssenteret samarbeidet om prosjektet «Hva skal jeg si?». Målet er å bidra til at flere personer med funksjonsnedsettelse får informasjon om, og tilgang til, seksualtekniske hjelpemidler.

Prosjektet er basert på en spørreundersøkelse blant unge med funksjonsnedsettelse og intervjuer med ungdom, forhandlere og helsepersonell. Av de 72 som svarte på spørreundersøkelsen var det kun to kvinner som har opplevd at helsepersonell har snakket med dem om seksualtekniske hjelpemidler. For mer informasjon se veilederen for helsepersonell på våre nettsider.

RETT TIL HJELPEMIDLER

I Norge har vi rett til å få hjelpemidler til seksuell helse på lik linje med hjelpemidler til hjemmet, arbeid eller utdanning. Medlemmer av folketrygden kan få refundert utgifter til seksualtekniske hjelpemidler ved varig og vesentlig nedsatt funksjonsevne i minst 2 år.

Bare en lege kan sende søknad til NAV om seksualtekniske hjelpemidler, men annet helsepersonell som f.eks. ergoterapeut eller sexologisk rådgiver kan bistå i å finne ut hva du har behov for. Søknadsprosessen er anonymisert, slik at kommuneansatte som mottar andre søknader fra deg ikke får vite at du har søkt om et seksualteknisk hjelpemiddel.



Unge funksjonshemmede
Mariboes gt. 13, 0183 Oslo



post@ungefunksjonshemmede.no
www.ungefunksjonshemmede.no
@ungfunk



Ligestillingssenteret
Parkgata 12, 2317 Hamar



post@ligestillingssenteret.no
www.ligestillingssenteret.no
@ligestillingssenteret



+47 625 47 460

Interessert i å finne ut mer?

Sjekk ut veilederen
for helsepersonell
på våre nettsider

Publisert: 2020
Trykkeri: EKKO
digitaltrykkeri



SEKSUALTEKNISKE HJELPEMIDLER HVA SKAL JEG SI?



HVA TRENGER JEG?

Seksualtekniske hjelpemidler kan brukes for utfordringer knyttet til for eksempel lyst, følsomhet, fuktighet, posisjon og bevegelse. Et seksualteknisk hjelpemiddel kan være alt fra penispumpe og vibrator til en bæresele, pute, hjelpemidler for hygiene, forflytning, muskelavslapping, smertelindring, spasmer eller ligge/sittestilling.

I intervjuene sa de unge med funksjonsnedsettelse at seksualtekniske hjelpemidler kan være så mangt. Det er viktig å være kreativ og utforske hva du kan bruke som hjelpemidler. Ofte kan du kjøpe seksualtekniske hjelpemidler selv uten å søke NAV, men trengs tilpassing av utstyret bør du søke om å få dekket dette. Du kan søke om hjelpemidler utover de ti seksualtekniske hjelpemidlene som rammeavtalen til NAV kan tilby, og du kan be forhandlere om å utvikle nye produkter. Dette er en noe lengre prosess, men snakk med din lege om det. Se veileder for helsepersonell for mer informasjon.

LAG DITT EGET HJELPEMIDDEL

Truls (t.h.) deltok i fotoprojektet #Jegelsker og fortalte om sin erfaring. «Problemet mitt er at knærne mine ikke er like lange. Da jeg hadde sex med protesen min, så ble det veldig fommele. Ja, jeg risikerte nesten å skade noen! Derfor fikk jeg spesialdesignet en protese som jeg bruker når jeg har sex. Jeg er skikkelig fornøyd og protesen ser veldig kul ut.»

Foto #Jeg elsker: Unge funksjonshemmede/Brian Cliff Olguin



SEKSUALTEKNISKE HJELPEMIDLER

- Ereksjonspumper
- Løfteanordning (1)
- Huske/slynge
- Fingervibrator (2)
- Smertelindring
- Vaginalvekt/kuler
- Stimulator for penis

- Puter/madrasser (3)
- Dilatorsett (4)
- Trusevibrator (5)
- Vibrasjonsstav
- Glidemiddel (6)
- Massasjevibrator
- Elektrisk penispumpe (7)

- Bekkenbunnsvibrator (8)
- Kunstig vagina (9)
- Personløfter/takheis
- IntimateRider stol (10)
- Vibrasjonspute (11)
- Potensmedikamenter (12)
- Varmeputer/varmetepper



VÅRE ANBEFALINGER

1. Våg å be om informasjon om seksualtekniske hjelpemidler
2. Hvis du blir avvist, ikke gi deg!
3. Snakk med likepersoner for å få råd og støtte
4. Snakk med assistenter om dine seksuelle behov og grenser
5. Snakk med eventuell partner om hva du trenger/bruker av hjelpemidler
6. Vit at du kan gå til hvem som helst og få hjelp, snakk med den i helsevesenet som du er mest trygg på
7. Eksempler på gode forhandlere: Alere AS (nå Abbott), Quintet AS, Kondomeriet og Oss i mellom.

ORGANISASJONENE

- Din organisasjon kan sammen med Unge funksjonshemmede jobbe for:
- Å få flere hjelpemidler inn på rammeavtalen til NAV
 - At andre yrkesgrupper enn leger bør kunne signere søknadspapirer om seksualtekniske hjelpemidler
 - At lyst og nytelse aspektet må mer frem og aksepteres på en bedre måte
 - Å skape samarbeid mellom produktutviklere og organisasjoner



«Jeg vil at legen likestiller meg med andre og tenker at selvfølgelig har denne pasienten også en seksualitet!»
--Informant