

COSY coPD and Sexuality

Affrontiamo il discorso!*

Importante

Chiedete a **TUTTE** le persone, indipendentemente dall'età, dal sesso, dall'orientamento sessuale e dalla gravità della BPCO, informazioni sui limiti della sessualità e sulla motivazione ad agire per superarli. Documentate il grado della limitazione almeno una volta l'anno.

Inizio della conversazione: chiedere il permesso di affrontare l'argomento

«Non abbiamo ancora parlato di sessualità.

Altri pazienti mi riferiscono, ed è noto, che, ad esempio, la tosse, l'espettorazione e l'affanno possono imporre dei limiti anche in ambito sessuale. Potrebbe essere così anche nel suo caso?

Forse c'è qualcos'altro che le impedisce di vivere appieno la sua sessualità?

«Vuole parlarne?»

Individuazione della limitazione


«Su una scala da **0** a **10**, quanto si sente limitato nella sua sessualità (0 = per nulla, 1-3 = poco, 4-7 = abbastanza, 8-10 = molto) a causa...

Livello 1	...dei sintomi della BPCO tosse, espettorazione e dispnea (TED)?»	Motivazione ad agire Su una scala da 0 a 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	[]
Livello 2	...delle sue limitazioni fisiche generali?» (ad es. dolori all'apparato motorio, malattie cardiovascolari scompensate, incontinenza, disturbi sessuali)*	Motivazione ad agire Su una scala da 0 a 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	[]
Livello 3	...di fattori di stress esterni?» (ad es. problemi psicosociali, problemi relazionali, stress in ambito privato o sul posto di lavoro, stati d'ansia)*	Motivazione ad agire Su una scala da 0 a 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	[]
Livello 4	...della sua percezione di sé?» (ad es. attrattività, vergogna, inibizioni)*	Motivazione ad agire Su una scala da 0 a 10
	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	[]

*Per un ausilio pratico cfr. COSY: istruzioni per l'uso della scheda informativa «Comunicazione»

COSY

Livello 1 Limitazione della sessualità a causa dei sintomi della BPCO: tosse, espettorazione e dispnea (TED)

	1-3 poco limitato	4-7 abbastanza limitato	8-10 molto limitato
Strategia 	Instaurare un rapporto solido Riconoscere autonomia Offrire informazioni	Instaurare un rapporto solido Riconoscere autonomia Focalizzazione Individuare risorse e conoscenze esistenti Fornire consulenza Dare supporto	Instaurare un rapporto solido Riconoscere autonomia Focalizzazione Individuare le risorse e conoscenze esistenti Fornire consulenza Dare supporto
Azione	Offrite aiuto se si delinea un cambiamento	Concentratevi su sintomi e disturbi concreti	Concentratevi sui sintomi e disturbi concreti
Domande	«Posso darle del materiale informativo?» «Posso affrontare di nuovo l'argomento alla prossima consultazione oppure vuole ricontattarmi lei?»	«Da cosa si sente limitato?» Mi può descrivere come i sintomi TED condizionano la sua vita quotidiana? È una situazione nuova? È cambiato qualcosa? Ha già scoperto qualcosa? Cosa le offre giovamento nella quotidianità?»	«Da cosa si sente limitato?» Mi può descrivere come i sintomi TED condizionano la sua vita quotidiana? È una situazione nuova? È cambiato qualcosa? Ha già scoperto qualcosa? Cosa le offre giovamento nella quotidianità?»
Possibilità e misure individuali	All'occorrenza	Offerta per azioni concrete ad es. inalazione, tecniche di respirazione e per tossire, tecnica delle labbra socchiuse, posizioni più agevoli, ossigeno ecc.	Offerta per azioni concrete ad es. inalazione, tecniche di respirazione e per tossire, tecnica delle labbra socchiuse, posizioni più agevoli, ossigeno ecc.
Offrire coaching «Vivere meglio con la BPCO»	Riferimento al programma di gestione autonoma «Vivere meglio con la BPCO» www.lungenliga.ch/copdcoaching	Offrire guida Vivere meglio Andare alle pagine pertinenti (Autoapprendimento, inizio consulenza o delega)	Offrire guida Vivere meglio Andare alle pagine pertinenti (Autoapprendimento, inizio consulenza o delega) Riconoscere l'urgenza e assumere il controllo, avviare una terapia farmacologica e non farmacologica, apportare adeguamenti
Pianificazione e assistenza proattiva	Annotare le decisioni comuni	Consultazioni successive/telefonate: contatto dopo tre mesi o come da accordi	Consultazioni successive/telefonate in base all'urgenza Mettere in contatto con specialisti ed esperti

Grafica/Layout: Grafikatelier Manuel Ort, www.manuelort.ch

Versione 1.0_2021/Autori: Dalla Lana Kaba¹ e Steurer-Stey Claudia¹, Borgmann Michèle², Brun del Re Ursina³, Burri Andrea⁴, Gonin-Spahnli Stefanie² Haas Sebastian⁵, Sarasin Eliane⁶, ¹EBPI Università di Zurigo; ²reparto di psicologia della salute e medicina comportamentale, Istituto di psicologia, Università di Berna; ³Istituto di sessuologia clinica e terapia sessuale di Zurigo ZISS; ⁴Istituto di consulenza sessuale e sessuologia; ⁵Clinica Hoheneegg di psichiatria, psicoterapia e psicosomatica; ⁶Brust Zentrum Zürich e Swiss Breast Care, Clinica di endocrinologia riproduttiva Ospedale universitario di Zurigo

Si ringraziano: AstraZeneca, GlaxoSmithKline, Novartis, Lega polmonare svizzera e l'associazione LUNGE ZÜRICH