



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Prehabilitering inför strålbehandling

Möjligheter och utmaningar för vaginal och sexuell hälsa

Linda Åkeflo

Översjuksköterska, Med. Dr Onkologi

BäckencancerRehabilitering, Cancerrehabilitering

Sahlgrenska Universitetssjukhuset



Sahlgrenska
akademin



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN
SAHLGRENSKA UNIVERSITETSSJUKHUSET

Prehabilitering?

Kan tidiga interventioner (egenvård och individanpassat digital stöd)

... minska risk för vaginal **fibros och stenosis**?

... främja **sexuell hälsa**?

*“Jag känner mig stympad, inte som en
kvinna, dysfunktionell”*

Helen, 42 år



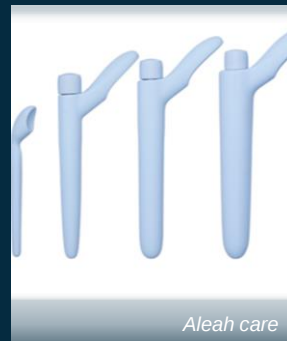
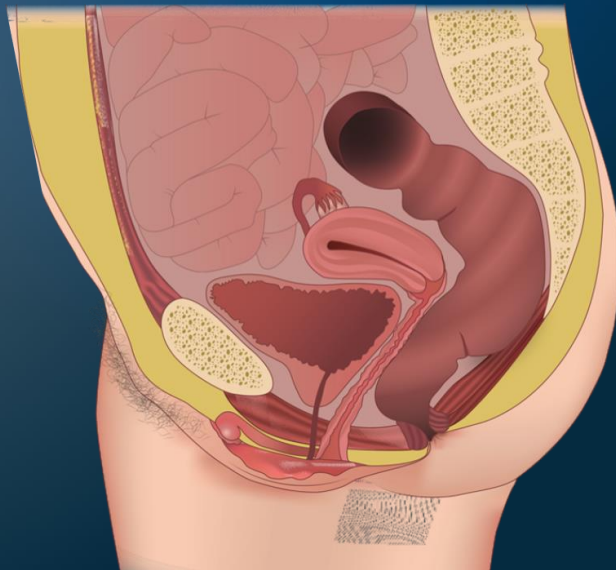
Förekomst av strålinducerad vaginal fibros och stenosis

50–88%

Bergmark et al., 1999, Kirchheiner et al. 2012, Hofsjö et al. 2017, Åkeflo et al., 2022

Nuvarande kliniska riktlinjer

Förebyggande egenvård för att minska omfattningen av vaginal fibros och stenosis med start efter avslutad strålbehandling



RCC, NVP Bäckencancerrehabilitering, 2025 Punt et al., 2011, Cullen et al., 2012, Lee et al., 2018, Araya-Castro et al., 2022, Åkeflo et al., 2023

Att starta interventioner före strålstart

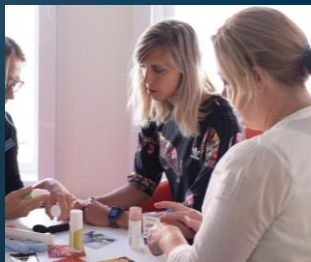
Utmaningar

- Cancer - Strålstart – kort tid att bearbeta information
- Sexuell hälsa - lämpar sig frågan i tidigt skede?
- Tidigare erfarenheter av övergrepp

Bergmark et al., 1999, Kirchheiner et al. 2012, Hofsjö et al. 2017, Åkeflo et al., 2022

Möjligheter

- Prehabilitering
- Intervjustudie – upplevelse av timing och intervention



Strålbehandling

		N=16
Age	Range 30-89 years	
	Mean 60.6	
Resident	Countryside	4
	Small village/town	4
	City	8
Diagnosis	Endometrial cancer	4
	Cervical cancer	8
	Anal cancer	4
Radiation dose, Gy	46.8	6
	52	2
	54	1
	55.9	3
	57.1	1
	57.5	1
	68.2	1

		N=16
Chemotherapy	Concomitant	11
	Neo-adjuvant	5
Antibody therapy		6
Surgery	Pre-radiotherapy	6
Medical history	Previous cancer	
	Corpus cancer	1
	Bladder cancer	1
	Thyroid disease	5
	Cardiovascular disease	4
	Rheumatoid arthritis	2
	Low mood or depression	1
	Musculoskeletal disorder	2
Gynecological surgery history	Neuropsychiatric diagnosis	1
	Hysterectomy and bilateral oophorectomy	8

Åkeflo L., et al. 2025

Resultat

N=16

26 intervjuer

Åkeflo L., et al. 2025

Kontroll

Identitet

Tillit

Omdefiniering av
sexuell hälsa

Men... kan prehabilitering långsiktigt

... minska risk för vaginal **fibros och stenosis**?

... främja **sexuell hälsa**?

Sammanfattning



Ny metod och timing som kan hjälpa kvinnor att:

- ha kontroll över något
- vara proaktiv
- se bortom behandlingen
- få ökad tillit till kroppen

Metoden tolereras och accepteras

Men...

- behöver individanpassas och justeras
- medicinska risker?

PILOTSTUDIE

Genomförbarhet
Longitudinell



RCT

Prehabilitering vs. Rehabilitering

Tack!



**Fellowship in
healthcare science**



CANCERFONDEN



Jubileums
kliniken
Cancerfond



LUNDGREN
STIFTELSE



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

linda.akeflo@gu.se

Institutionen för Vårdvetenskap och Hälsa

Institutionen för Kliniska Vetenskaper

Göteborgs Universitet

VO Onkologi

Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Centrum för Sexologi och Sexualitetsstudier

Malmö Universitet

Kompetenscentrum om våld i nära relationer

Västra Götalandsregionen