

PUBLIKASI PERS

JUDUL : USIA LANJUT, PASUTRI HARUS TETAP PELIHARA HUBUNGAN SEKSUAL

MEDIA : BERNAS JOGJA

TANGGAL : 21 JULI 2016

Usia Lanjut, Pasutri Harus Tetap Pelihara Hubungan Seksual

UMBULHARJO - Meski sudah memasuki usia lanjut, tetapi pasangan suami istri harus tetap memelihara hubungan seksual karena hal itu akan bisa mempengaruhi keharmonisan kehidupan rumah tangga.

Meskipun pada lansia terjadi perubahan-perubahan fungsi alat reproduksi, dibanding pada usia-usia sebelumnya.

Hal ini disampaikan dr Iswandi Darwis di depan para lansia Kelurahan Cokrodirjan

Kecamatan Jetis Jogja di Rumah Sehat Lansia, Rabu (20/7) pagi. Pada wanita penurunan fungsi reproduksi itu terjadi mulai wanita memasuki menopause. Secara ilmiah dijelaskan, menurunnya gairah seks, lebih

disebabkan karena vagina menjadi kering dan menimbulkan kesakitan saat berhubungan seks dengan suami. Bahkan ada yang sampai berdarah.

Menurut Dosen Universitas Lampung yang kini menjalani pendidikan spesialis penyakit dalam di UGM di bawah bimbingan dr H Probosuseno SpPD Ger (K) ini, kondisi itu bisa diatasi dengan memberi gel khusus sehingga hubungan tetap nyaman. Hal itu perlu karena kondisi pria berbeda dengan wanita sehingga kalau hal itu dibiarkan bisa menimbulkan ketidakharmonisan kehidupan rumah tangga. Bahkan bisa saja kemudian suami mencari pelampiasan pada orang lain. Karena pria memproduksi sperma sepanjang hayat. Hanya saja jumlahnya menurun dan secara kualitas spermanya kurang lincah, tetapi tetap bisa membuahi telur. Warning itu juga bisa dikaitkan bahwa pria rata-rata mengalami masa puber kedua.

Pasca menopause kaum wanita juga cenderung terkena osteoporosis. Kulit cenderung mulai keriput, kulit yang dulu bersih berubah menjadi totol-totol dan cenderung kecantikannya pudar, badan cenderung menjadi gemuk. Menghadapi

hal seperti ini wanita tidak perlu cemas, karena itu merupakan bagian siklus kehidupan manusia.

Untuk menjadi lansia sehat, sejak awal harus memelihara kesehatan baik fisik maupun psikis. Olahraga teratur sesuai kondisi fisik, banyak asupan sayuran dan buah-buahan, mengurangi makanan berlemak. Banyak minum air putih, tetap menjaga hubungan seksual, selalu berpikir positif serta menjauhi depresi.

Matang Lebih Awal

Kematangan alat reproduksi pada anak-anak zaman sekarang ada kecenderungan lebih maju. Banyak murid kelas 4-5 SD sudah mulai menstruasi sebagai tanda kematangan alat reproduksi. Hal ini banyak dipengaruhi oleh asupan makanan berlemak yang menghasilkan hormon.

Juga bisa dipicu oleh banyaknya nonton sinetron cinta-cintaan sehingga anak matang sebelum waktunya. Lantaran pikirannya banyak dipengaruhi hal-hal yang dilakukan remaja maupun dewasa. Karenanya orangtua diminta untuk waspada baik dalam mengatur asupan makanan maupun memilihkan tontonan televisi yang berkualitas. (ato)



Dokter Iswandi Darwis

ATO