

## FORORD

Kærlighed og det gode sexliv har måske ikke altid de bedste vilkår i dagens Danmark, hvor ønsket om magt og materiel status ofte er dominerende, og hvor travlhed og præstationsræs ofte overskygger livets mere følelsesmæssige sider.

Vi bliver dagligt påvirket af mediernes endeløse fremvisning af sexudfoldelser, som ikke har meget med virkeligheden at gøre, og glemmer måske, at det gode sexliv er noget helt andet. Det er inderlighed og ømhed, og det er følelsen af samhørighed med et andet menneske. Det er kort sagt lykken.

PsykiatriFonden har ønsket at bidrage til det gode sexliv og har bedt lederen af Rigshospitalets Sexologiske Klinik, overlæge Ellids Kristensen, om at skrive denne bog.

Hvis man har psykiske problemer, det være sig depression, angst, psykose eller misbrug, har man det ofte også svært med det seksuelle. Eventuel medicin kan gøre ondt værre. Og har man det svært med det seksuelle, giver det som regel anledning til psykiske frustrationer. Det kan der gøres noget ved, og viden og indsigt er her – som altid – det første skridt.

Bogen belyser en lang række aspekter af sammenhængen mellem psyke og seksualitet, og den henvender sig til alle, der er interesseret i sexlivets glæder og problemer. Den er særligt velegnet for mennesker, der har med mennesker med sexproblemer eller psykiske eller kropslige sygdomme at gøre. Og for mennesker med seksuelle forstyrrelser eller med afvigende seksualitet.

Det er en bog, hvori de fleste vil kunne hente inspiration, viden og konkret vejledning.

*Jes Gerlach*  
*PsykiatriFondens formand*