

Intimiteit en seksualiteit bij nierdialyse

Informatiebrochure patiënten



Beste patiënt

Nierdialyse heeft een grote impact op je levenskwaliteit, en ook op je beleving van intimiteit en seksualiteit. Seks en intimiteit zijn vaak niet meer hetzelfde door een dialysebehandeling. Je ervaart soms lichamelijke ongemakken, een veranderd lichaamsbeeld of heftige emoties. Het kan een uitdaging vormen om seksualiteit opnieuw een plaats te geven, maar intimiteit hoeft niet te eindigen bij een chronische nierziekte. In deze brochure geven we je handvaten om ermee om te gaan.

Heb je na het lezen nog vragen, dan kan je steeds terecht bij de nefroloog, maatschappelijk werker, dialyseverpleegkundige of je huisarts.

1. Chronische nierziekte en seksualiteit

Seksuele moeilijkheden komen vaak voor bij mensen met een chronische nierziekte, ongeacht het type nierfunctievervangende therapie. Uit wetenschappelijke studies blijkt dat ongeveer 70 % van de mannen en 74 % van de vrouwen die met dialyse behandeld worden, seksuele problemen ondervinden. Na een succesvolle niertransplantatie zien we een verbetering van de seksuele functie, zowel bij mannen als bij vrouwen.

Hoewel seksuele problemen veel voorkomen, is er in de praktijk nog te weinig aandacht voor. Verschillende redenen maken het voor patiënten en hun partners moeilijk over dit onderwerp te kunnen praten: gevoelens van onzekerheid, schuld, machteloosheid en angst. **Deze brochure is een eerste aanzet voor mensen die graag een gesprek over seksualiteit in de context van een chronische nierziekte willen starten.**

2. Wat is seksualiteit?

Seksualiteit is een centraal aspect van het 'mens-zijn'. Ondanks dat het onderwerp vaak genormaliseerd wordt, is het in feite een complex gegeven. Seksualiteit wordt door iedereen op een individuele manier ervaren en gaat gepaard met verschillende gevoelens, verlangens, opvattingen, fantasieën en gedragingen.

In hoe mensen seksualiteit betekenis geven, zijn zowel lichamelijke, psychologische, relationele en culturele factoren van belang. Wanneer er in één of meer van deze factoren iets misloopt, kunnen er zich seksuele complicaties voordoen.

3. Seksuele problemen en hun oorzaken

Een chronisch nierziekte heeft op al onderstaande factoren een invloed.

Lichamelijk

Seksualiteit en intimiteit worden door het lichaam ervaren. Bij seksuele activiteit vinden er lichamelijke prikkels plaats (o.a. bloeddorstroming, zenuwen en hormonen). Chronisch nierfalen en/of verschillende medicijnen kunnen deze lichamelijke reacties, en daarmee ook seksualiteit, negatief beïnvloeden (bv. erectiestoornissen, minder verlangen, vaginale droogheid, ...).

Psychologisch

Een chronische nierziekte kan invloed hebben op het psychologische welzijn van een persoon en zijn omgeving. Een verminderd zelfbeeld, angst, schuldgevoelens en stress kunnen wegen op de seksualiteitsbeleving van de patiënt en de partner.

Relationeel

Een chronische nierziekte vergt een aantal aanpassingen van jou als patiënt en je partner. De manier waarop jij met de ziekte en de gevolgen ervan omgaat, kan erg verschillen van hoe je partner ermee omgaat.

Seksualiteit en intimiteit kunnen door een nierziekte veranderen, wat dan weer kan leiden tot relationele problemen. Er kunnen gevoelens ontstaan van angst, onwennigheid, mogelijke afkeer en verdriet.

Cultureel

Elke generatie en elke mens heeft vanuit zijn opvoeding bepaalde visies meegekregen over wat hoort en niet hoort op het vlak van seksualiteit. Deze visies kunnen helpend of net storend zijn als je veranderingen in je seksuele leven moet aanbrengen. Het kan nodig zijn om op een andere manier naar seksualiteit te leren kijken en/of andere vormen van seksueel contact aan te leren.

Die veranderingen kunnen op elk moment van de behandeling aanleiding geven tot seksuele problemen, waarbij verminderd seksueel verlangen, vaginale droogte, erectiestoornissen en moeilijkheden om een orgasme te bereiken de meest voorkomende zijn. Daarnaast kan ook de beleving van seksualiteit getroffen zijn waardoor je minder van seksualiteit geniet.

4. Professionele begeleiding

Voor patiënten en partners die seksualiteit belangrijk vinden, kunnen seksuele problemen erg op hun gevoel van welzijn wegen en op hun relatie. Het is dan belangrijk een manier te vinden om met deze veranderingen om te gaan. Het kan moeilijk zijn om over seksuele problemen te praten. Toch is praten de eerste stap. Het erkennen dat er een probleem is, kan het vertrouwen in de relatie vergroten. Partners kunnen de tijd nemen om dit regelmatig te bespreken en elkaar aandacht te geven. Door hier regelmatig over te praten, ontdek je van elkaar waar de ander behoefte aan heeft, en wat de ander denkt en voelt.

Het is soms moeilijk om te weten bij wie je als patiënt daarmee terecht kan. Praten met andere dialysepatiënten die hetzelfde meemaken, kan een steun zijn. Patiënten kunnen ook terecht bij de nefroloog, maatschappelijk werker, dialyseverpleegkundige of de huisarts. In een gesprek kan er gekeken worden naar de mogelijke oorzaken van het seksuele probleem en naar mogelijkheden om het probleem op te lossen of te verminderen.

Contact

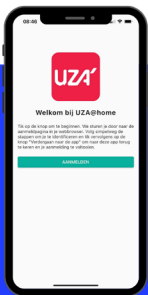
Secretariaat nefrologie

Tel. 03 821 34 21 of 03 821 34 52

Contactpersonen

- Je behandelend nefroloog
- Je huisarts
- Dialyseverpleegkunde
- Maatschappelijk werkers:
 - Kelly Beterams
 - Shahrzad Moini

Tel. 03 821 37 00




UZA@home

Raadpleeg je medisch dossier en volg je zorgtraject van thuis uit op via <https://home.uza.be> of download de UZA@home app.



Deze brochure bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met uw zorgverlener.

UZA / Drie Eikenstraat 655 / 2650 Edegem
Tel +32 3 821 30 00 / www.uza.be
Volg ons op facebook  en twitter 