

Consultatie en therapeutische  
begeleiding bij seksuele  
problematiek

Locatie Langendijk

## Seksualiteit

### *Problemen of klachten op seksueel gebied*

In deze tijd van openheid in de media over seksualiteit lijkt het alsof seks iets vanzelfsprekends is en er geen problemen op dit gebied bestaan. Dit geeft de indruk dat seks alleen voorkomt onder jonge, mooie en gezonde mensen. Het zou altijd prettig zijn en alles lijkt mogelijk. Niets is minder waar. Er zijn helaas veel mensen die problemen op seksueel gebied hebben of moeite hebben om er over te praten met hun partner. Seks kan vervelend, pijnlijk of beangstigend zijn of uw wens kan verschillen van die van uw partner. Dit kan tot problemen of klachten leiden.

### *Om seksualiteit op een prettige manier te laten verlopen zijn verschillende zaken nodig:*

1. Het lijf moet in staat zijn seksueel geprikkeld te worden en seksueel te reageren. Hiervoor is een bepaalde mate van gezondheid en een intact zenuwstelsel nodig. Ziekte of gebruik van medicatie kan een negatieve invloed hebben.
2. Op psychologisch vlak moet er een positief beeld bestaan bij het beleven van seksualiteit en een positieve waardering bij het aangaan van seksualiteit. Een bepaalde mate van psychologische gezondheid helpt om seksualiteit beter te laten verlopen.
3. Op sociaal vlak is van het belang dat er mogelijkheden zijn om seksualiteit te beleven. Beschikbaarheid van een partner of privacy om alleen seksualiteit te beleven zijn nodig. Ook kunnen bepaalde normen en waarden of culturele en religieuze regels seksualiteit bevorderen of inperken.

### *Verskillende fasen*

Bij het over gaan tot seksualiteit worden verschillende fasen doorlopen. Er zijn fasen van:

- verlangen (zin in seks);
- opwinding (geilheid, erectie, lubricatie);
- orgasme;
- herstel.

Deze fasen volgen elkaar op, maar de fasen van verlangen en opwinding kunnen door elkaar lopen. Door opwinding te bemerken kan er verlangen ontstaan. In tegenstelling tot het idee dat er pas opwinding kan ontstaan volgend op verlangen. Er is steeds meer wetenschappelijk bewijs dat zin in seks reactief is. Gaan vrijen kan dus zin opwekken!

### *Definitie van seksualiteit*

De definitie van seksualiteit kan onduidelijk zijn. Wat voor de één seks is, is voor de ander intimiteit of heeft voor een derde misschien wel helemaal niets met één van beide te maken. Verschil in definitie kan leiden tot problemen op het gebied van seksueel functioneren en tot communicatieproblemen. Dit laatste kan zowel tussen partners onderling, maar ook in gesprek met een hulpverlener tot verwarring leiden.

Dit alles geeft aan dat seksualiteit niet zo vanzelfsprekend is als het vaak lijkt te zijn. Zeker in een fase waarin ziekte en/of dood om de hoek komen kijken, wordt plotseling duidelijk dat seksualiteit een complexe zaak is die niet zo vanzelfsprekend zonder problemen blijft verlopen.

### **Wat is een seksuoloog?**

Gelukkig zijn er tegenwoordig steeds meer deskundige seksuologen die gespecialiseerd zijn in het bieden van inzicht en oplossingen bij problemen op seksueel gebied. Een seksuoloog is een therapeut (vaak psycholoog, arts, of maatschappelijk werker) die zich specifiek geschoold heeft op het gebied van seksualiteit. De seksuoloog helpt u om uw vraag of probleem helder te krijgen en mogelijkheden te vinden die tot een oplossing kunnen leiden.

### **Met welke klachten of vragen kunt u bij ons terecht?**

U kunt u met diverse vragen of klachten aanmelden, individueel of als paar en ongeacht uw seksuele geardeheid. In het Amphia Ziekenhuis richt de seksuologische behandeling zich op seksuele klachten die te maken hebben met lichamelijke ziekten of andere somatische factoren.

Voorbeelden van vragen of problemen zijn:

- Verschil in verlangen.
- Geen of weinig zin in vrijen.
- Erectieproblemen.
- Moeilijk opgewonden kunnen raken.
- Pijn bij het vrijen of tijdens gemeenschap.
- Vaginistische reacties.
- Angst voor gemeenschap.
- Problemen rond het orgasme (moeilijk/geen orgasme, te snelle zaadlozing).
- Problemen op gebied van seksualiteitsbeleving/wensen en communicatie.
- Seksuele problemen die zijn ontstaan door ziekte, handicap, gynaecologische of urologische ingrepen.
- Onderbuikklachten, bekkenbodemp Problemen; plassen, ontlasting, vrijen.
- Onverklaarde branderige pijn aan de vagina.

### **Wat kunt u de van de behandeling verwachten?**

Na bezoek aan de specialist, waar indien noodzakelijk lichamelijk onderzoek gedaan wordt, komt u bij de seksuoloog terecht.

De seksuoloog doet eerst een uitgebreide intake van 2 gesprekken, waarin zij uw klachten nauwkeurig inventariseert. De seksuele aspecten zullen nagevraagd worden. Ook kijkt de seksuoloog naar factoren als leefsituatie, relatie, (seksuele) voorgeschiedenis, persoonlijkheid, gezondheid en opvoeding.

Vervolgens stelt de seksuoloog een behandelplan op en bespreekt dit met u. Gemiddeld bestaat een behandeling uit 8 contacten, maar dit kan sterk wisselen afhankelijk van klacht en situatie.

De behandeling zelf bestaat uit gesprekken. In veel gevallen krijgt u daarnaast opdrachten of oefeningen mee voor thuis.

Vrouwen met pijn bij de gemeenschap of vaginisme kunnen deelnemen aan een cursus van het Amphia Ziekenhuis.

De seksuoloog kan de behandeling uitbreiden door andere hulpverleners in te schakelen, zoals bekkenfysiotherapeuten en haptonomen.

Wanneer uw klachten vooral te maken hebben met partnerrelatieproblematiek, psychiatrische klachten of onverwerkt seksueel trauma komt u niet in aanmerking voor een behandeling op onze polikliniek. U zult door de medisch specialist direct of in overleg met de seksuologen verwezen worden naar een passende instelling.

### **Verwijzing en vergoeding**

U heeft een verwijzing nodig van een specialist in het ziekenhuis voor u op onze polikliniek terecht kunt. Wij nemen geen directe verwijzingen aan van de huisarts. In de meeste gevallen is de specialist een gynaecoloog of een uroloog. Een andere specialist kan echter ook verwijzen.

De zorgverzekeraar vergoedt de behandeling.

Na het bezoek aan de specialist kunt u een afspraak maken met een van de seksuologen. Dit kan via het afsprakenbureau, telefoonnummer: 076 595 10 11.

### **Bereikbaarheid**

Beide seksuologen zijn aanwezig op maandag en dinsdag. Er is een telefonisch spreekuur tussen 13.30 - 14.00 uur. Het spreekuur vindt plaats op de locatie Langendijk.

Mw. J. van Essen: 076 595 22 97.

Mw. drs. H. Pastoor: 076 595 23 13.

### **Over de seksuologen...**

- Mw. J. van Essen, seksuoloog NVVS/systeemtherapeut: is van oorsprong sociaal psychiatrisch verpleegkundige en heeft zich later gespecialiseerd in de seksuologie. Daarnaast is zij opgeleid tot systeemtherapeut.
- Mw. drs. H. Pastoor, psycholoog NIP/seksuoloog NVVS: is afgestudeerd als psycholoog en heeft zich tijdens en na deze studie gespecialiseerd in de seksuologie. Tevens is zij opgeleid als systeemtherapeut.

Beide seksuologen zijn geregistreerd bij de beroepsvereniging NVVS (Nederlandse Vereniging voor Seksuologie) en erkend als gekwalificeerd seksuologisch hulpverlener. Dit houdt in dat zij een gekwalificeerde seksuologische opleiding hebben gevolgd, regelmatig dienen bij te scholen en zich aan de beroepscode van de NVVS dienen te houden. Vanzelfsprekend is uw privacy gewaarborgd en zal er geen informatie aan derden worden verstrekt zonder uw toestemming.

### **Meer informatie:**

- [www.nvvs.info](http://www.nvvs.info) (beroepsvereniging, reglementen etc.)
- [www.seksualiteit.nl](http://www.seksualiteit.nl)
- [www.nvog.nl](http://www.nvog.nl)
- [www.andrologie.nl](http://www.andrologie.nl)
- [www.kwfkankerbestrijding.nl](http://www.kwfkankerbestrijding.nl)