

## Seksualiteit en intimiteit bij nierfalen

Intimiteit en seksualiteit zijn thema's die horen bij het leven. Veel patiënten vinden het lastig om er in een gesprek met hun arts of verpleegkundige over te beginnen. Toch is het een belangrijk onderwerp van gesprek. Uit onderzoek blijkt namelijk dat bij 60-70% van de patiënten met een nierziekte seksuele veranderingen optreden. Dat kan komen door de ziekte zelf, de behandeling (bijvoorbeeld de medicatie) of de veranderingen in het dagelijks leven tijdens nierfalen traject, tijdens het dialyseren of na een niertransplantatie.

### Welke veranderingen?

Voor een prettig intiem leven en gezonde seksualiteit zijn er drie belangrijke pijlers: je lichaam moet het doen, je hoofd moet je niet in de weg zitten en je omstandigheden moeten goed zijn. En op alle drie de pijlers zijn er bij patiënten en hun partners veranderingen zichtbaar. Het is dus helemaal niet vreemd als er seksuele veranderingen zijn.

Seksuele veranderingen die vaak worden genoemd door patiënten zijn een (tijdelijk) verlies van seksueel verlangen, problemen met het krijgen of behouden van een erectie, vaginale droogheid en daardoor ook pijn bij het vrijen, problemen met het krijgen van een orgasme. Ook medicatie kan seksuele veranderingen geven. Bloedarmoede kan vermoeidheid geven. De ophoping van afvalstoffen in het lichaam kan een vieze smaak in de mond geven. En er kunnen veranderingen in de hormonen ontstaan of veranderingen in de bloedvaten.

Naast al deze lichamelijke veranderingen heeft een nieraandoening ook effect op het persoonlijk en sociaal functioneren. Het leven moet opeens anders ingericht worden. Er kunnen gevoelens van angst, somberheid, boosheid ontstaan bij zowel de dialysepatiënt en/of diens partner. En ook dat kan een verandering in seksualiteit en intimiteit geven. Bij de één neemt de behoefte tot intimiteit juist doen; bij de ander juist af en bij weer een ander wisselt dat. Soms ontstaat er een groter verschil in behoeftes tussen de partners. En dat kan vervolgens in de relatie spanning geven.

### Probleem of niet?

Seksuele veranderingen hoeven niet als probleem te worden ervaren. Sommige mensen nemen de seksuele veranderingen mee als onderdeel van het ziek-zijn en verwerken dat er ook op dit vlak veranderingen optreden. Dan wordt er na verloop van tijd een nieuwe balans gevonden in het intieme/seksuele leven. Anderen zien de seksuele veranderingen wel als een probleem, maar willen er (nog) niets aan doen. Dan is het goed om de veranderingen wel met de arts en/of verpleegkundige te bespreken zodat het thema later in de tijd nog eens geëvalueerd kan worden. En sommige mensen ervaren de seksuele veranderingen als probleem en willen er ook daadwerkelijk mee aan de slag. Dan is het heel belangrijk dit met de arts of verpleegkundige te bespreken. Ook als de behandeling al langer gaande is en het thema misschien moeilijk is om aan te kaarten door gevoelens van schaamte of angst.

### En dan?

Als u de seksuele veranderingen als problematisch ervaart en u wilt er iets aan doen, kan de arts en/of verpleegkundige samen met u de inschatting maken welk behandeltraject het meest aansluit bij de hulpvraag. Een verwijzing naar de Medische Seksuologie is hierin één van de mogelijkheden. Soms is een dergelijke verwijzing niet nodig en kan er met enkele kleine aanpassingen al een grotere tevredenheid op seksueel/intiem vlak bereikt worden.

## Meer informatie

- [Folder](#) 'Als uw nieren niet goed meer werken', Nierstichting.
- [www.nieren.nl](http://www.nieren.nl): betrouwbare informatie over leven met een nieraandoening + online platform voor nierpatiënten en hun naasten.
- <https://www.sickandsex.nl/>
- <https://www.rutgers.nl/>
- <http://www.seksueelprobleem.nl>
- <https://www.seksindepraktijk.nl/>
- <http://www.seksualiteit.nl>
- <https://www.nvvs.info> (website Nederlandse Wetenschappelijke Vereniging voor Seksuogïe)

## Belangrijke telefoonnummers

**ETZ (Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis): (013) 221 00 00**

**Locatie ETZ Elisabeth Afdeling Dialyse: (013) 221 29 10**  
**Route 10**

**Locatie ETZ Waalwijk (013) 221 12 93**  
**Eerste etage Gezondheidscentrum Het Koetshuis**