

Oncologie



Seksualiteit en intimiteit bij de oncologische patiënt

Informatie voor patiënten

AZ OUDENAARDE
VZW



www.azoudenaarde.be

Volg ons op   

Misverstanden rond seksualiteit

“Nu ik chemotherapie krijg, mag ik geen seksueel contact hebben met mijn partner.”

FOUT! Seks met je partner tijdens een kankerbehandeling mag zeker en vast. Wel wordt er aangeraden om tot 5 dagen na de chemokuur een condoom te gebruiken omdat afvalstoffen van de chemotherapie in de lichaamsvochten aanwezig zijn.

“Het is nodig om aandacht te schenken aan het thema seksualiteit.”

JUIST! Het seksueel functioneren wordt vaak beïnvloed door de kankerbehandeling.

“Wanneer ik seks zou hebben met mijn partner zal ik me achteraf nog slechter en angstiger voelen.”

FOUT! Uit onderzoek blijkt dat seksuele activiteit kan zorgen voor een vermindering van angst en een beter gevoel. Seksualiteit blijkt ook tijdens ziekte erg relevant.



Lichamelijke gevolgen

Man

- Minder spontaan verlangen door hormonale veranderingen en vermoeidheid.
- Erectie komt trager op gang.
- Door zenuwschade kan een verminderde gevoeligheid optreden in vingers en tenen, wat vervelend kan zijn bij aanrakingen.
- Een minder intens orgasme ervaren.
- Algemene bijwerkingen zoals een verstoring van speekselaanmaak.

Vrouw

- Groter risico op vaginale infecties door verminderde weerstand van het lichaam.
- Vaginale droogte waardoor pijn bij het vrijen kan optreden.
- Minder spontaan verlangen door vermoeidheid en hormonale veranderingen.
- Door zenuwschade kan een verminderde gevoeligheid optreden in vingers en tenen, wat vervelend kan zijn bij aanrakingen.
- Vroegtijdige (kunstmatige) menopauze en ontregeling van de menstruatiecyclus.
- Een minder intens orgasme ervaren.
- Algemene bijwerkingen zoals een verstoring van speekselaanmaak.



Mogelijke psychologische gevolgen

Seksuele identiteit en relatie

De seksuele relatie met je partner en met jezelf creëer je aan de hand van je karakter, cultuur, normen en waarden. Na een kankerdiagnose gaat iedereen hier anders mee om. De ene persoon sluit zich volledig af en wil geen lichamelijke aanrakingen meer van de partner. Anderen hebben juist een enorme drang om lichamelijk aangeraakt te worden door hun partner.

Angst en schaamte

Angst en schaamte kan je voelen op verschillende niveaus. Zo kan je je angstig voelen m.b.t. je eigen lichaam. Dit kan gepaard gaan met een negatief zelfbeeld en weinig hoop op seksueel vlak. Verder kan er schaamte en angst ontstaan tegenover jouw partner. Vaak geven patiënten aan dat ze zich afgewezen voelen door hun partner.

Een belangrijk aandachtspunt is de angst van de partner, aangezien die vaak wordt vergeten in het verhaal rond seksualiteit. De partner kan zich verstoten voelen en een laag zelfbeeld creëren.

Persoonlijke draagkracht

De diagnose kanker is een enorm ingrijpende verandering in je leven. Deze gebeurtenis heeft effect op je persoonlijke kwetsbaarheid, je welzijn en het leven met je omgeving. Hier zijn veel sterke negatieve emoties aan verbonden waardoor het psychologische evenwicht kan verstoord geraken.

"KANKER HEB JE MET TWEE"



Hulpmiddelen

- Glijmiddel (zonder hormonen)
- Vaginale bevochtigende crème om de vagina te hydrateren (zonder hormonen)
- Huidherstellende crème voor de vagina
- Erectiepil of penispomp voor de man
- Speeltjes en hulptools zoals crèmes die een tintelend gevoel geven, vibrators voor op het volledige lichaam

Je kan hierover inlichtingen vragen aan jouw oncoloog of aan het oncologisch team.



Algemene tips

- Het kan lastig zijn om te praten over seksualiteit en intimiteit, maar het volledige oncologische team staat open voor een gesprek hierover.
- Praat erover met je partner. Laat hem of haar weten wat jouw noden zijn op vlak van seksualiteit, wat je wel en niet haalbaar vindt.
- Experimenteer en herontdek seksualiteit, zowel individueel als met je partner.
- Wees jezelf bewust van eventuele veranderingen op seksueel vlak. Wees jezelf even bewust van de andere mogelijkheden en eventuele andere vormen van genot.
- Motiveer je partner om mee te gaan naar consultaties zodat hij/zij ook begrijpt wat er aan de hand is. Dit kan de communicatie eenvoudiger maken.
- Lichamelijke beweging en een gezond lichaamsgewicht kunnen helpen voor een betere erectie.
- Geef jezelf voldoende tijd en ruimte om te herstellen, om een nieuw lichaamsbeeld op te bouwen en om je littekens te leren aanvaarden.
- Geef je noden niet op en ga na waar jij plezier in vindt.



Bij wie kan ik terecht?

- Bij je oncoloog, het oncologisch team en psycholoog.
- Bij een vrouwvriendelijke prikkelshop zoals Tutti Passi: info@tutti-passi.com
- Op www.oncohulp.be vind je een overzicht van seksuologen met specialisatie in oncologie.
- www.allesoverkanker.be





**Heb je nog vragen
of opmerkingen
over deze brochure?
We houden graag
rekening met jouw
suggesties!**

AZ Oudenaarde vzw

AZ OUDENAARDE
VZW



Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - F 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be

AZO/ONC/479

Laatst aangepast op 08/07/2022

V.U.: AZ Oudenaarde