

## Nierfalen en seksualiteit

*Op het moment dat u te horen krijgt dat u een chronische nierziekte heeft, verandert er veel in uw leven. Ook op het gebied van seksualiteit kunnen veranderingen optreden. Deze folder gaat over de mogelijke veranderingen in seksuele gevoelens en de eventuele gevolgen daarvan.*

Niet iedereen met nierfalen krijgt te maken met seksuele problemen. Deze folder kan u inzicht geven in deze problematiek. In de praktijk blijkt seksualiteit een beladen onderwerp te zijn. Het kan lastig zijn om hierover te praten. Dit kan voor u gelden, maar ook voor de hulpverlener. Maak het ook bespreekbaar met uw partner. In Meander Niercentrum proberen we samen met u te zoeken naar een oplossing. Praten helpt!

### Seksuele problemen bij nierfalen

De seksuele problemen die u als nierpatiënt kunt ervaren zijn divers. Daarnaast verschillen de seksuele problemen bij mannen en vrouwen.

#### Bij mannen en vrouwen:

- Minder zin hebben in seks (verlaagd libido).
- Geen orgasme. Niet of moeilijk kunnen klaarkomen: geen hoogtepunt bereiken.

#### Bij vrouwen:

- Pijn bij het vrijen  
Oorzaken kunnen zijn: een droge vagina als gevolg van een verstoorde hormoonhuishouding of onvoldoende opwinding.
- Vaginitis/schimmelinfecties  
Wanneer het natuurlijk evenwicht in de vagina uit balans wordt gebracht, door bijvoorbeeld suikerziekte, een geïrriteerde vaginawand of verkeerde toilethygiëne, kan een infectie ontstaan. De klachten kunnen zijn: veranderde vaginale afscheiding, onaangename geur, jeuk en pijn bij het vrijen.

#### Bij mannen:

- Retrograde ejaculatie  
Soms doet zich bij mannen wél een gevoel van een orgasme voor, maar wordt de zaadlozing niet opgemerkt. Dit wordt meestal veroorzaakt door een zaadlozing richting de blaas. Deze aandoening is soms het gevolg van suikerziekte of een verwijdering van de prostaatklier.
- Erectiestoornissen (impotentie)  
Bij een erectiestoornis wordt de penis zelden tot nooit stijf genoeg om gemeenschap te hebben. Onvoldoende opwinding kan een oorzaak zijn, maar ook onvoldoende werking van de bloedvaten, zenuwen en/of de hormoonproductie. Dit kan vaak gecombineerd gaan met vermoeidheid en/of psychische klachten.

#### Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum  
Maatweg 3  
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn  
Molenweg 2  
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld  
(Medisch Centrum de Burgt)  
Nederwoudseweg 17  
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden  
(Medisch Centrum de Mulderij)  
De Mulderij 2  
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk  
(De Nije Veste)  
Oranjelaan 104  
3862 CX Nijkerk

#### Postadres:

Postbus 1502  
3800 BM Amersfoort

#### Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50  
Afspraken: 033 – 850 60 70

#### KvK Gooi en Eemland:

32082917

[www.meandermc.nl](http://www.meandermc.nl)

## Factoren die het seksueel functioneren kunnen beïnvloeden

- Lichamelijke factoren.
- Verandering in hormoonspiegels: de hormoonhuishouding kan verstoord raken bij nierfalen.
- Door een verlaagd testosterongehalte kan de gevoeligheid van seksuele prikkels afnemen. Bij vrouwen kan de menstruatie verstoord raken, waardoor vruchtbaarheidsproblemen kunnen ontstaan.
- Beschadiging van de zenuwen  
Neuropathie is een stoornis in de functie van het zenuwstelsel. Zijn er veel zenuwen beschadigd, dan is er sprake van polyneuropathie. Een verhoogd aantal afvalstoffen in het bloed(ureum) en suikerziekte kunnen de oorzaak zijn van de neuropathie. Dit heeft effect op de geslachtsorganen. Het kan zich uiten in erectieproblemen, verminderde vochtigheid van de vagina en dus problemen geven met het krijgen van een orgasme.
- Verminderde bloedtoevoer door de bloedvaten  
Een goede bloedvoorziening van de geslachtsorganen is noodzakelijk, anders kan dit leiden tot een erectieprobleem of tot een verminderde vochtigheid van de vagina. Ook voor het krijgen van een orgasme is het nodig dat er voldoende bloed door de bloedvaten van de geslachtsorganen stroomt.
- Verlaagd hemoglobine gehalte  
De rode bloedcellen zorgen ervoor dat er zuurstoftransport plaatsvindt naar alle cellen in uw lichaam. Een tekort aan hemoglobine noemen we bloedarmoede. Dit veroorzaakt vermoeidheid, waardoor u minder zin in seks kunt hebben.
- Verhoogde bloeddruk  
De nier maakt bepaalde hormonen aan in het lichaam die de bloeddruk regelen. Wanneer er sprake is van nierfalen, raakt de bloeddruk ontregeld. Een hoge bloeddruk kan beschadigingen in de vaatwanden veroorzaken. De doorbloeding zal daardoor verminderen, waardoor erectieproblemen kunnen toenemen.

## Invloed van medicijnen

Medicijnen kunnen een rol spelen bij seksuele problemen. Met name medicijnen voor hoge bloeddruk en psychische stoornissen kunnen problemen veroorzaken. Als u het idee heeft dat een medicijn bijwerkingen geeft op seksueel gebied, is het verstandig dat u dit bespreekt met uw nefroloog.

## Psychische factoren

Wanneer een nierpatiënt begint met dialyse, brengt dat veel spanningen met zich mee. Onzekerheid en/of neerslachtige gevoelens kunnen meespelen en gevolgen hebben op de seksualiteit. Het ziekteproces kan zorgen voor een veranderd zelfbeeld. Dit kan zich uiten in verlies van het vrouwelijk of mannelijk gevoel, angst voor afwijzing, zich onaantrekkelijk voelen en afhankelijk zijn. Ook kan het moeilijk zijn de nierziekte te accepteren. Dit kan leiden tot spanningen binnen de sociale omgang en/of een relatie, waarbij verminderde seksuele gevoelens kunnen voorkomen.

## Bespreekbaar maken

Het kan moeilijk zijn om over uw seksuele gevoelens te praten. Toch is praten de eerste stap. Alleen of samen erkennen dat er een probleem is, kan het vertrouwen in uzelf en de partner vergroten.

Praten kan de oplossing zijn van veel problemen. Soms is dit niet altijd mogelijk met uw partner en is het goed om te weten bij wie u terecht kunt. Praten met lotgenoten, met mensen die hetzelfde meemaken als u, kan u tot steun zijn. Ook kunt u terecht bij het (pré-)dialyse team, zoals de nefroloog, maatschappelijk werkers en dialyse-verpleegkundigen. Het kan zijn dat u met deze hulpverleners een vertrouwensband heeft opgebouwd, waardoor het gemakkelijker wordt om over seksuele problemen te praten.

---

### Maatschappelijk werker

Met de maatschappelijk werker kunt u alle gevolgen van uw ziekte vertrouwelijk bespreken en samen naar een oplossing zoeken.

### (Pré-)dialyseverpleegkundige

De dialyseverpleegkundige staat vaak dicht bij u door de vele intensieve contacten. U kunt begeleid worden door de dialyseverpleegkundige op het gebied van seksualiteit. Wanneer u onder behandeling bent van andere disciplines, is het van belang dat de dialyseverpleegkundige van u verneemt of u tevreden bent.

### Luistertelefoon

Als u wel over uw problemen wilt praten, maar toch anoniem wilt blijven, biedt de luistertelefoon wellicht een oplossing. De Nierpatiëntenvereniging heeft een gratis telefoonnummer: 0800 - 022 66 67, op werkdagen van 10.00 tot 16.00 uur en maandagavond van 19.00 – 22.00 uur. Zij kunnen door hun ervaringsdeskundigheid veel begrip opbrengen, zodat u samen de zaken op een rijtje kunt zetten en uw hart kunt luchten.

## Behandelmogelijkheden

### Nefroloog

Met vragen op lichamelijk gebied kunt u (eventueel samen met uw partner) altijd terecht bij uw nefroloog in het Niercentrum Midden-Nederland. De nefroloog kan u helpen met de juiste doorverwijzing naar een andere hulpverlener als dat nodig is.

### Uroloog

De uroloog helpt u met de ‘technische’ oplossing bij erectie of ejaculatiestoornissen. Hij/zij zal door middel van een anamnese (ziektageschiedenis) en eventueel lichamelijk onderzoek, uitzoeken wat de oorzaak is van uw seksuele probleem.

### Gynaecoloog

De gynaecoloog zal vrouwen met pijn bij het vrijen, vaginisme en andere seksuele pijnstoornissen, lichamelijk onderzoeken.

### Arts-seksuoloog

Arts-seksuologen zijn ervaren in het begeleiden van patiënten en partners met seksuele problemen. De arts-seksuoloog kan samen met u en uw eventuele partner het seksuele probleem in kaart brengen. In één of meerdere gesprekken (en indien nodig lichamelijk onderzoek) wordt gekeken welke factoren een rol spelen bij het seksuele probleem. De behandeling bestaat meestal uit gesprekken, eventueel in combinatie met medicamenteuze therapie.

## Tips speciaal bij nierziekten door de Rutgersgroep

- Plan het vrijen en vrij niet wanneer u moe bent.
- Kies een ontspannen houding.
- Een minder actieve rol tijdens seks? Neem de tijd hieraan te wennen.
- Bij een gevoelsstoornis: probeer de gevoelens in uw lichaam opnieuw te ontdekken, zelf of bijvoorbeeld door een sensuele massage van uw partner.
- Bij gebruik van een PD-katheter: mogelijk is het prettig de spoelvoeistof voor het vrijen weg te laten lopen en na het vrijen er weer in te laten lopen. U kunt de katheter op zijn plaats houden door er een bandje omheen te doen.

---

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stelt u deze dan gerust aan uw arts of verpleegkundige.

## Heeft u MijnMeander al ontdekt?

Altijd en overal kunt u online uw persoonlijke en medische gegevens bekijken en beheren op mijnmeander.nl. U kunt uw afspraken op de polikliniek inzien, afzeggen en in sommige gevallen maken of verzetten. Bent u ouder dan 16 jaar, dan heeft u via MijnMeander inzicht in delen van uw medisch dossier. Ook kunt u uw persoonsgegevens bekijken en wijzigen. U logt veilig in met uw DigiD via een computer of tablet. Uw privacy en veiligheid van uw gegevens in MijnMeander zijn gegarandeerd volgens de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Ga naar [www.mijnmeander.nl](http://www.mijnmeander.nl) en bekijk uw mogelijkheden.

## Telefoonnummer

Meander Medisch Centrum is bereikbaar via het algemene telefoonnummer 033 - 850 50 50. Vraagt u naar uw arts of de afdeling Hemodialyse.