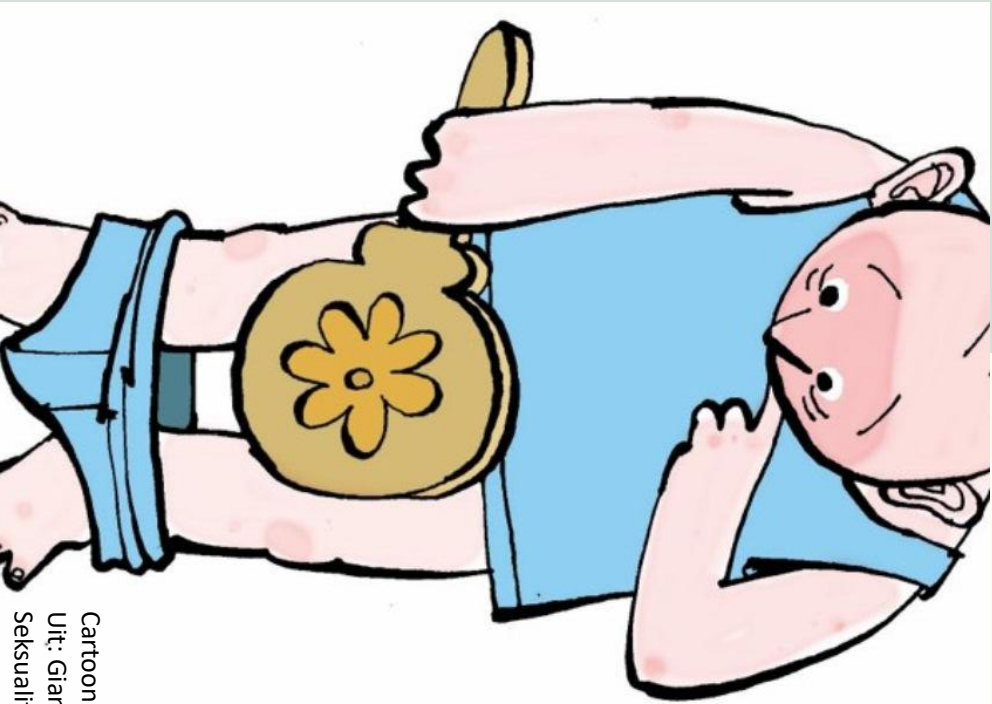


GYNAECOLOGISCHE KANKER

Praktische handvatten m.b.t. seksualiteit



Cartoon: Jan Zandstra
Uit: Gianotten, Melhuizen- de Regt, van Son-Schoonus
Seksualiteit bij ziekte en lichamelijke beperking

NIENKE DEKKINGA - CONSULENT SEKSUELE GEZONDHEID - FIJNVRIJEN.NL

PROGRAMMA

- Voorstellen
 - Hoe werkt seks?
 - Remmende factoren
 - Welke impact heeft kanker?
 - TIPS!
 - Ervaringsdeskundige Judith Kamminga
 - Vragen???
-

EVEN VOORSTELLEN



Anamnese



Zin in seks ontstaat spontaan

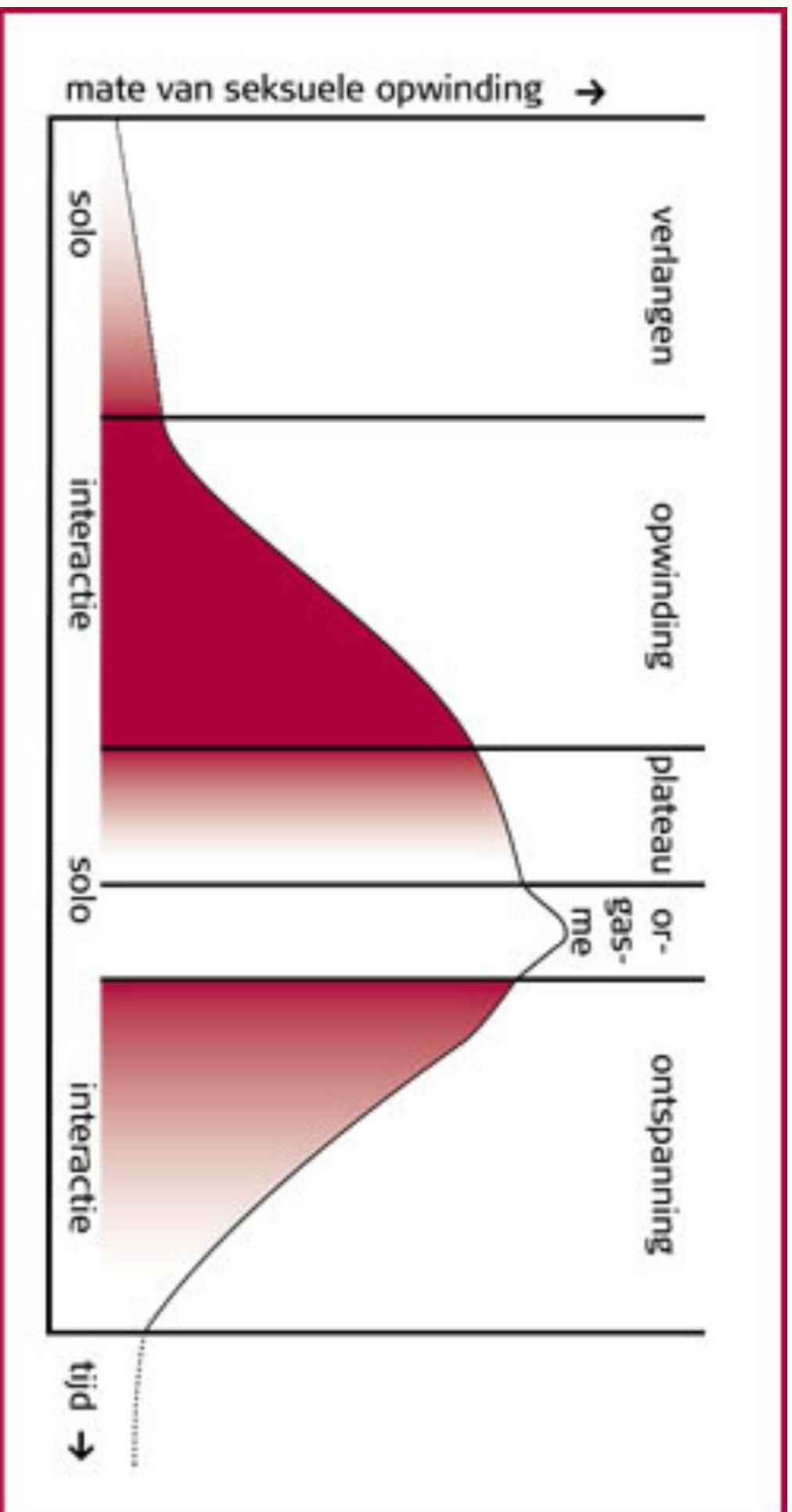


HOE WERKT SEKS?

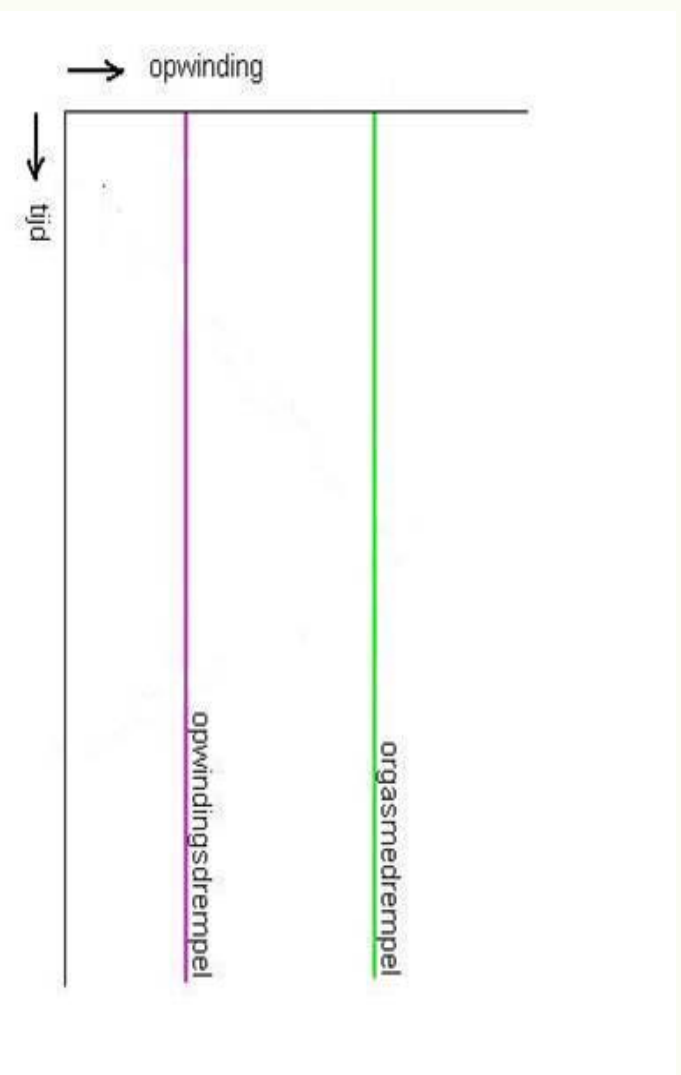


Cartoon: Jan Zandstra
Uit: Gianotten, Meihuizen- de Regt, van Son-Schoonus
Seksualiteit bij ziekte en lichamelijke beperking

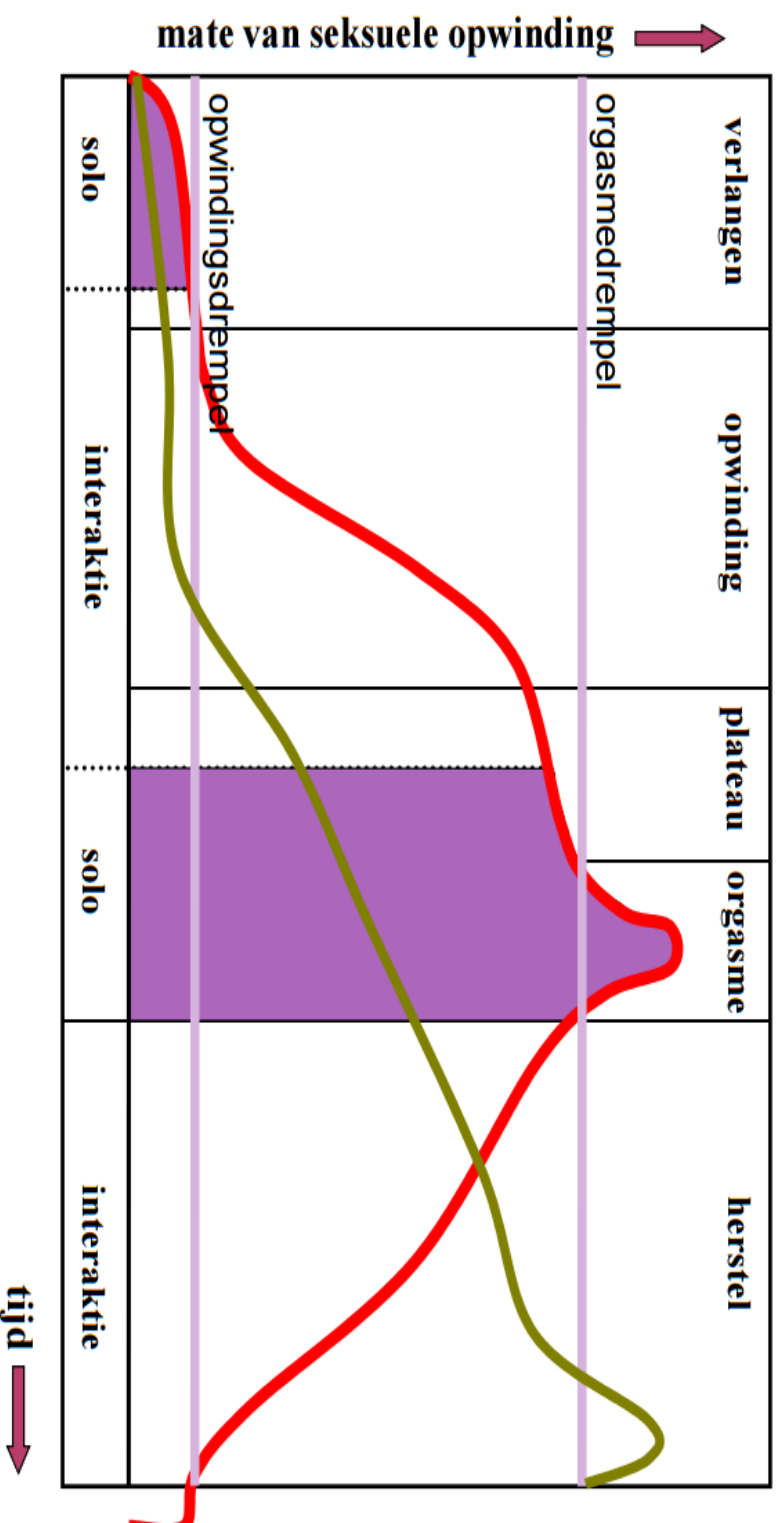
HOE WERKT SEKS?

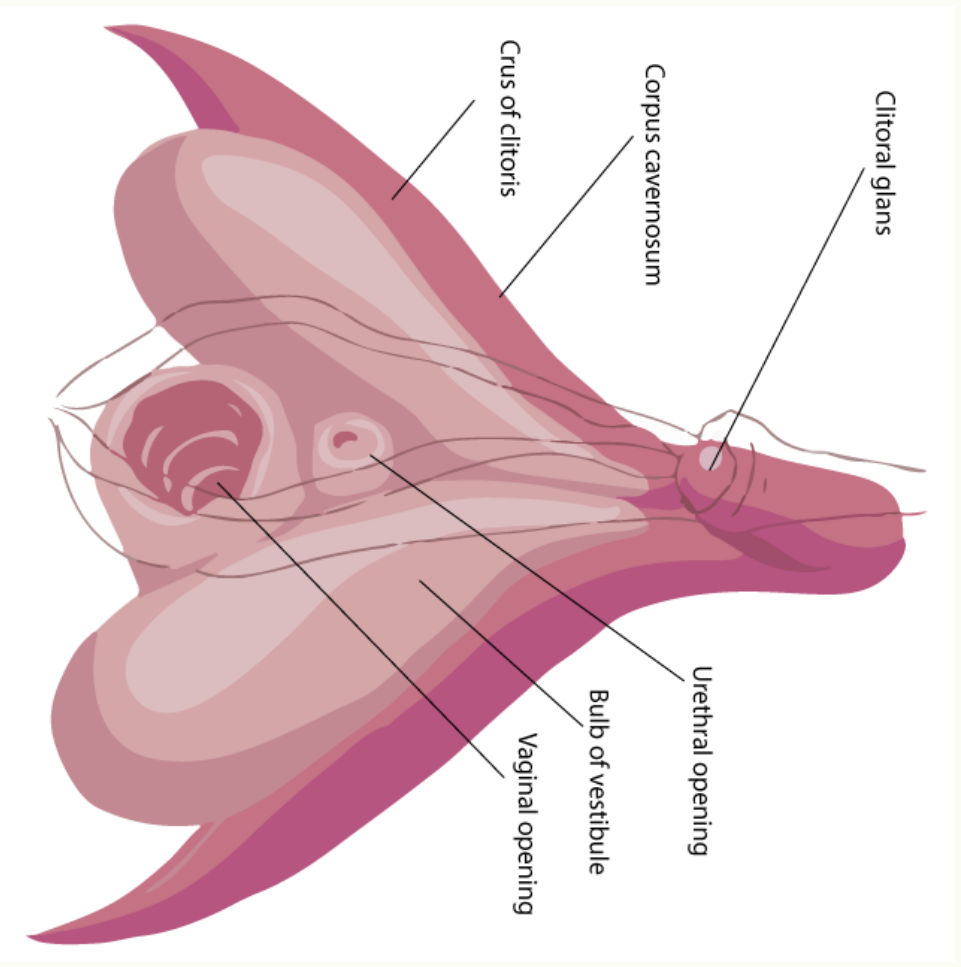


Quantum Model van Schnarzz



Seksuele respons-curve





Remmende factoren

- Gebrek aan kennis, onjuiste kennis
- Gebrek aan vaardigheden
- Angsten en remmingen
- Lichamelijke factoren
- Relationale factoren
- Normen & Waarden
- Materiele factoren
- Zingevingsproblemen



Invloed kanker op seksualiteit

- Minder zin in seks
- Opwindingsproblemen
- Orgasmeproblemen
- Pijn bij vrijen



Minder zin in seks

- Vermoeidheid of algehele malaise
 - Lichte pijn of pijnlijk weefsel na operatie
 - Gevoelloosheid door chemo of operatie
 - Wegvallen van productie van geslachtshormonen
 - Negatief zelfbeeld
 - Bijwerkingen medicatie
 - Urineverlies of verlies ontlasting
 - Veranderde aanblik
-

TIPS

- Blijf communiceren
- Neem de tijd
- Zorg voor meer erotische prikkels
- Ken je lijf
- Wees lief voor jezelf



Opwindings- en orgasmeproblemen

- Hogere opwindingsdrempel
- Verminderd gevoel geslachtsorganen
- Anders klaarkomen
- Geen orgasme



TIPS

- Blijf communiceren
 - Neem de tijd
 - Zorg voor voldoende opwinding
 - Zorg voor meer prikkels (vibrator)
 - Glijmiddel
 - Ken je lijf
 - Wees lief voor jezelf
-

Pijn bij vrijen

- Verkleven van de schedewand of littekenweefsel
 - Doorstootpijn bij verkorte vagina
 - Veranderde vorm vagina
 - Niet meer zwellen geslachtsorganen
 - Atrofie schedewand
 - Irritatie van de slijmvliezen
 - Droogheid en jeuk van de vagina
-

TIPS

- Blijf communiceren
 - Neem de tijd
 - Zorg voor voldoende opwinding
 - Probeer andere posities
 - Glijmiddel
 - Pelottes
 - Ken je lijf
 - Wees lief voor jezelf
-



Judith Kamminga

A close-up portrait of Judith Kamminga, a woman with blonde hair, smiling warmly at the camera. The background is slightly blurred, showing what appears to be a stage or event setting.

Olijf Congresdag 2019
Late gevolgen
tijdens en na
gynaecologische
kanker

Judith
“De kanker is
uit mijn lijf,
maar nooit uit
mijn leven”

Kon mijn verhaal op olijf.nl
omzetgeven aan verhalensite.nl/verhaal/judith

**Op zaterdag 28 september a.s. van 10.00 tot 17.00 uur
In Zeist. Info en aanmelden via bit.ly/olijf19**

Olijf

Toys



Handige sites & meer

- www.sickandsex.nl
 - www.fijnvrijen.nl (folder downloadbaar)
 - www.bespreekhetmetzorg.nl
 - www.kankerenseksualiteit.nl
 - Podcast 'de bespreekkamer'
 - Podcast 'hoe gaat het bij jullie?'
 - Podcast 'de herontdekking van haarzelf'
-

DURF
TE
VRAAGEN

