

## Interne Geneeskunde

# Nierfalen en seksualiteit

### Inleiding

Als u te horen krijgt dat u chronisch nierfalen hebt, kan uw leven er anders uit gaan zien. Denk hierbij aan medicijnen, dieet- en vochtbeperkingen, veranderingen binnen uw werk of met betrekking tot (sociale) activiteiten. Denk ook aan seksualiteit en intimiteit.

Doordat u zowel lichamelijk als psychisch een nieuwe balans zoekt, kunt u seksualiteit en intimiteit anders beleven. Lees hier meer over de mogelijke veranderingen in uw beleving en functioneren op het gebied van seksualiteit. Ook wordt toegelicht welke problemen u kunt voorkomen, hoe deze problemen worden veroorzaakt en hoe deze behandeld kunnen worden.

### Veranderingen bij nierfalen op seksueel gebied

Als u chronisch nierfalen heeft, zijn dit de meest voorkomende seksuele problemen:

- **Verlaagd libido:** u bent niet of bijna niet gevoelig voor seksuele prikkels en u beleeft geen tot bijna geen plezier meer aan seks. Hoe dit komt leest u bij de 'Oorzaken'.
- **Pijn bij het vrijen:** dit komt over het algemeen vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. Pijn bij het vrijen kan komen doordat uw hormoonhuishouding is verstoord of doordat u niet voldoende opgewonden raakt waardoor uw vagina te droog is.
- **Erectiestoornissen:** dit probleem bij mannen komt het meest voor. Problemen om een erectie te krijgen kan komen doordat u te weinig seksuele prikkels krijgt. Of uw bloedvaten, hormoonproductie en zenuwen die nodig zijn om een erectie te krijgen, werken niet goed.
- **Verminderde vruchtbaarheid:** als uw nieren niet goed werken, bent u mogelijk minder vruchtbaar. Dit geldt zowel voor mannen als vrouwen. De kans op een zwangerschap bij nierfalen is hierdoor kleiner. Bovendien hebben vrouwen met chronisch nierfalen een grotere kans op problemen bij de zwangerschap. Als u een kinderwens heeft is het belangrijk dat u dit met uw nefroloog bespreekt voordat u of uw partner zwanger probeert te worden. Als u niet zwanger wilt worden is een voorbehoedmiddel gewenst. Welke vorm van anticonceptie het beste bij u past kunt u met uw nefroloog en/of gynaecoloog bespreken.

## **Oorzaken seksuele problemen**

Als u chronisch nierfalen heeft, kunnen uw seksuele problemen de volgende oorzaken hebben:

- Verandering in hormoonspiegels.
- Beschadiging van uw zenuwen.
- Verminderde bloedtoevoer door uw bloedvaten: om voldoende opgewonden te raken is een goede bloedtoevoer nodig. Bij chronisch nierfalen komen bloedvatvernauwingen vaker voor. Dit kan zorgen voor problemen bij een erectie of vochtigheid.
- Verlaagd HB gehalte: een verlaagd HB gehalte zorgt voor vermoeidheid. Hierdoor heeft u mogelijk minder zin in seks.
- Algehele vermoeidheid: dialyseren is een zware inspanning waardoor u zich vermoeid kunt voelen. Hierdoor heeft u mogelijk minder zin in seks.
- Medicatie: sommige medicijnen hebben bijwerkingen op het gebied van seksualiteit. Mogelijk heeft u daardoor minder zin in seks, heeft u geen of bijna seksuele prikkels of krijgt u erectieproblemen.
- Negatief zelfbeeld: sommige patiënten met chronische nierfalen vinden hun lichaam minder aantrekkelijk door alle veranderingen. Dit kan zorgen voor een negatief zelfbeeld.
- Dialyseomstandigheden: de omstandigheden waarin u dialyseert kunnen ervoor zorgen dat u seksualiteit en intimiteit niet goed kunt ervaren. Maak dit bespreekbaar met de verpleegkundige zodat er samen naar een oplossing kan worden gekeken.
- Faalangst: als u seksueel niet goed functioneert, kan dit leiden tot faalangst. De faalangst zorgt voor mindere seksuele prikkels waardoor uw faalangst verder toeneemt.
- Stress: het verwerken van de ziekte en het leren omgaan met de beperkingen kan stress veroorzaken.
- Relatieproblemen: een goede relatie met uw partner is een voorwaarde voor een gezonde seksuele relatie. Als u te horen krijgt dat u chronisch nierfalen heeft, verandert er vele in uw leven maar ook in het leven van uw partner. Dit zorgt mogelijk voor een ander rol en een andere taakverdeling binnen uw relatie. Soms kan uw partner erg bezorgd zijn over u. Het is belangrijk om de verhoudingen gelijkwaardig te houden. Blijf met elkaar praten over uw gevoelens, verwachtingen en verlangens.

## **Behandelmogelijkheden**

Bij seksuele problemen staan er verschillende zorgprofessionals voor u klaar. Afhankelijk van uw probleem en behoefte wordt er samen gekeken naar de beste optie voor u. Mogelijk wordt u doorverwezen naar een van de volgende zorgprofessionals:

- Dialyseverpleegkundige: als u dialyseert heeft u veel contact met de dialyseverpleegkundige. Mogelijk vindt u het prettig om uw seksuele problemen te bespreken met de dialyseverpleegkundige. De verpleegkundige kan u vervolgens doorverwijzen als dit nodig is.
- Maatschappelijk werk: maatschappelijk werk kan u ondersteunen bij het bespreekbaar maken van onderwerpen. Samen met u (en eventueel uw partner) wordt er gezocht naar een oplossing.
- Nefroloog: de nefroloog kan u uitleggen of uw probleem een medische oorzaak heeft. Mogelijk kan de nefroloog uw medicatie bekijken en aanpassen.

- Uroloog: bij erectie- of ejaculatieproblemen kunt u als man worden doorverwezen naar een uroloog.
- Gynaecoloog: bij seksuele problemen met een lichamelijke oorzaak kunt u als vrouw worden doorverwezen naar de gynaecoloog.
- Seksuoloog: als uw seksuele probleem een psychische of relationele oorzaak heeft, kan een seksuoloog u mogelijk ondersteunen.

Kijk op voor meer betrouwbare informatie op:

- [www.nierstichting.nl](http://www.nierstichting.nl)
- [www.nieren.nl](http://www.nieren.nl)
- [www.seksualiteit.nl](http://www.seksualiteit.nl)

## Contact

Heeft u vragen? Neem dan contact op met:

### ***Afdeling Dialyse***

Secretariaat dialyseafdeling Venlo ☎ 077 320 5915

### ***Medisch Maatschappelijk Werk***

Neem contact op met uw eigen medisch maatschappelijk werker of bel:  
Medisch Maatschappelijk Werk ☎ 077 320 5378

## VieCuri Medisch Centrum

### **Locatie Venlo**

Tegelseweg 210  
5912 BL Venlo  
☎ (077) 320 55 55

### **Locatie Venray**

Merseloseweg 130  
5801 CE Venray  
☎ (0478) 52 22 22

Meer informatie [www.viecuri.nl](http://www.viecuri.nl)

Bekijk uw medische gegevens op [www.mijnviecuri.nl](http://www.mijnviecuri.nl)