

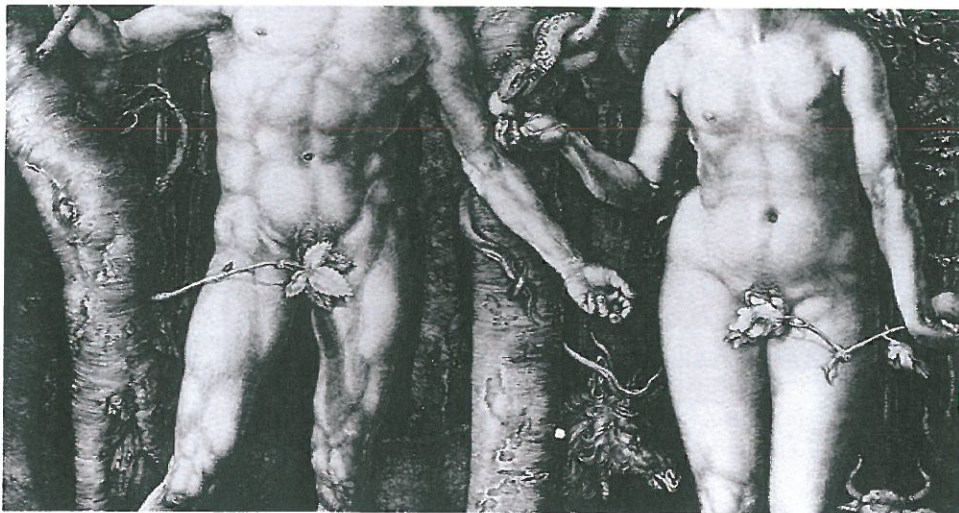
Noorderpoort

SCHOOL VOOR GEZONDHEIDSZORG EN WELZIJN
GRONINGEN

VERZORGENDE-IG

READER AFP

AANDOENINGEN VAN DE GESLACHTSORGANEN
EN
GEZONDHEIDSPROBLEMEN RONDOM
VOORTPLANTING & SEKSUALITEIT



Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1	Aandoeningen van de vrouwelijke geslachtsorganen	3
Hoofdstuk 2	Aandoeningen van de mannelijke geslachtsorganen	6
Hoofdstuk 3	Seksueel overdraagbare aandoeningen	8
Hoofdstuk 4	Ongewenste zwangerschap	9
Hoofdstuk 5	Seksuologische problemen	10
Hoofdstuk 6	Seksueel geweld	10

1 GEZONDHEIDSPROBLEMEN BIJ VOORTPLANTING EN SEKSUALITEIT

De gezondheidsproblemen bij seksualiteit en voortplanting kun je onderverdelen in:

- aandoeningen van de vrouwelijke geslachtsorganen
- aandoeningen van de mannelijke geslachtsorganen
- seksueel overdraagbare aandoeningen
- ongewenste zwangerschap
- seksuologische problemen
- seksueel geweld.

Elk gezondheidsprobleem brengt zijn eigen ziekteverschijnselen met zich mee.

Opdracht 1

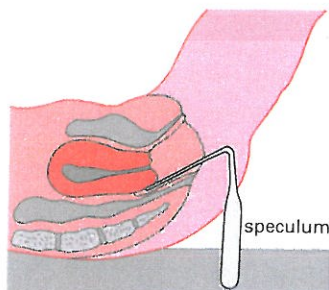
(Oriëntatie)

Kun je bij elk van bovenstaande gezondheidsproblemen bij seksualiteit en voortplanting een of meer ziekten of problemen noemen die je (uit eigen ervaring) kent?

Aandoeningen van de vrouwelijke geslachtsorganen

De specialist die zich bezighoudt met aandoeningen van de vrouwelijke geslachtsorganen is de *gynaecoloog* of *vrouwenarts*.

Om de klachten van vrouwen te onderzoeken, is vaak *inwendig onderzoek* van de geslachtsorganen nodig. De meeste vrouwen ervaren zo'n inwendig onderzoek als heel vervelend. Dit komt niet alleen doordat de arts hierbij een nogal angstaanjagend instrument in de vagina brengt, het *speculum* of *eendenbek* (afb. 1). Het heeft ook te maken met de houding waarin je tijdens het onderzoek ligt en de vraag of de arts een man of vrouw is.



Afbeelding 1
Inwendig onderzoek van de vrouw met behulp van een speculum

Witte vloed

Bij *witte vloed* is sprake van verhoogde afscheiding uit de schede. De oorzaak is een ontsteking, vaak door micro-organismen die in de schede leven en bij vermindering van de weerstand toeslaan.

De aandoening is meestal onschuldig, maar kan wel lastig zijn. Als je veel klachten hebt kun je behandeld worden door middel van een crème, speciale tampons of vaginale tabletten.

Menstruatiestoornissen

Enkele menstruatiestoornissen zijn:

- *Premenstrueel spanningssyndroom* (PMS). Dit zijn allerlei klachten die iedere maand in de tweede helft van de menstruatiecyclus optreden. Het gaat om psychische klachten, zoals lusteloosheid, prikkelbaarheid en neerslachtigheid en lichamelijke klachten, zoals pijn in de rug en buik en hoofdpijn. Als je hier veel last van hebt, kan de huisarts hormonen en/of vitamine B6 voorschrijven. Sommige vrouwen zoeken geen medische hulp, omdat ze vinden dat deze klachten horen bij de vrouwelijke cyclus.
- Het optreden van pijn tijdens de menstruatie, vaak vergezeld van het onregelmatig optreden van de menstruatiebloedingen
- Te veel of te langdurig bloedverlies.

Overgang en menopauze

In de *overgang* verschrompelen de eierstokken en wordt de rijping van eicellen onregelmatiger. Hierdoor vermindert de aanmaak van het hormoon oestrogeen, dat zorgt voor de opbouw van het baarmoederslijmvlies. De menstruaties worden minder en eveneens onregelmatig. Na verloop van tijd stopt de eicelrijping helemaal en dus stopt ook de menstruatie. De *menopauze* is de periode waarin de menstruatie langer dan een jaar is uitgebleven. De vrouw is dan niet meer vruchtbaar en kan niet meer zwanger worden.

Het hormoon oestrogeen heeft niet alleen invloed op de menstruaties en vruchtbaarheid. De daling van het hormoon oestrogeen veroorzaakt ook de *overgangsklachten*:

- opvliegers (korte perioden met een sterk warmtegevoel)
- stemmingsveranderingen, zoals labiel zijn, neerslachtigheid of minder zin in vrijen
- botontkalking (zie par. 7.2.2)
- minder vochtafscheiding in de vagina
- verslapping van de borsten
- verslapping van de bekkenbodemspieren en de ophangbanden van de baarmoeder, waardoor een grotere kans bestaat op stress-incontinentie (zie par. 7.2.3) en verzakking.

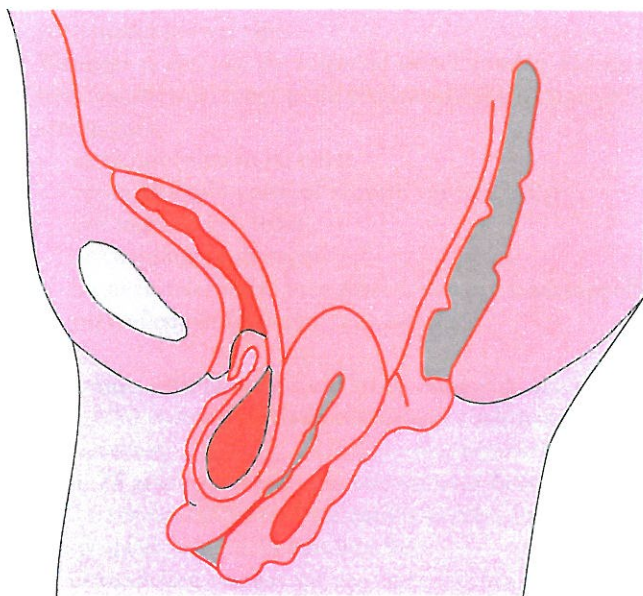
De overgang en menopauze duren doorgaans van vijftig tot 55 jaar. Bij sommige vrouwen treedt de overgang al eerder op, bijvoorbeeld als gevolg van verwijdering van de eierstokken. Vrouwen die op jonge leeftijd in de overgang komen of veel last hebben van overgangsklachten kunnen behandeld worden met medicijnen die oestrogeen bevatten.

Verzakking

De vrouwelijke geslachtsorganen worden door de bekkenbodemspieren en -banden op hun plaats gehouden. Door zware bevallingen en veelvuldig persen, in combinatie met ouder worden en/of overgewicht, kan verslapping van de bekkenbodemspieren en banden optreden. Dit kan leiden tot een *verzakking*: de baarmoeder en/of vagina zakken uit (afb. 2). De verschijnselen van een verzakking zijn:

- lage rugpijn

- het gevoel alsof 'er iets uithangt'
- stress-incontinentie



Afbeelding 2
Verzakking (totale prolaps)

Een verzakking wordt operatief verholpen door het verwijderen van de baarmoeder. In sommige gevallen wordt een ring ingebracht om de baarmoeder op de plaats te houden.

Vlesboom

Een *vlesboom* is een goedaardig gezwel van het spierweefsel in de wand van de baarmoeder. Deze komt voor bij vrouwen tussen 35 en vijftig jaar. Een vlesboom veroorzaakt hinderlijke verschijnselen:

- tussentijds en overmatig bloedverlies
- pijn in de onderbuik en lage rugpijn
- problemen bij het vrijen
- klachten bij het plassen en de stoelgang door de druk van de baarmoeder op de blaas en endeldarm.

Als een vrouw geen of weinig klachten heeft, wordt er niets gedaan. Vlesbomen worden na de menopauze vaak vanzelf weer kleiner.

Als de vrouw veel klachten heeft, kunnen medicijnen voorgeschreven worden. Soms vindt een operatie plaats, waarbij de baarmoeder wordt verwijderd. Meestal blijven de eierstokken zitten, zodat de vrouw niet vervroegd in de overgang komt.

Baarmoederhalskanker

Bij *baarmoederhalskanker* is sprake van een kwaadaardige woekering van cellen van de baarmoederhals. De verschijnselen zijn:

- verhoogde afscheiding
- tussentijds bloedverlies
- bloedverlies bij geslachtsgemeenschap.

De kans op baarmoederhalskanker is het grootst bij vrouwen tussen 35 en 55 jaar, die regelmatig seksueel contact hebben. Vandaar dat deze groep vrouwen regelmatig opgeroepen wordt om deel te nemen aan *bevolkingsonderzoek naar baarmoederhalskanker*. Hierbij doet de arts inwendig onderzoek om de baarmoederhals te bekijken en maakt een *uitstrijkje*. Het uitstrijkje wordt onderzocht. De uitslag van het onderzoek wordt weergegeven in vijf klassen, genaamd PAP 1 tot en met 5. Bij PAP 1 zijn er geen afwijkingen, bij PAP 5 heeft de vrouw baarmoederhalskanker. De behandeling van baarmoederhalskanker hangt af van het stadium van de ziekte.

Baarmoederkanker

Bij oudere vrouwen komt *kanker van het baarmoderslijmvlies* vaker voor. Hierop moet je verdacht zijn bij bloedverlies na de menopauze. Wanneer je dit opmerkt, moet je dit direct doorgeven aan de verantwoordelijke van dienst.

Borstkanker

Een knobbel in de borst is voor de meeste vrouwen een angstaanjagend idee. Ze denken direct aan *borstkanker*. Dat is niet verwonderlijk, want borstkanker komt bij vrou-

werken en wist dat bijna een jaar vol te houden. Maar toen kon ik het gewoon niet meer aan. Ik kreeg ook last van ernstige pijn in mijn rug. Daarom krijg ik ook huishoudelijke hulp van Nadia, een helpende van de thuiszorg aan wie ik alles kan vertellen. Ik zit nu al elf maanden in de Ziektewet. Ik slik hormoontabletten en moet zorgen voor voldoende calcium in mijn voeding. Mijn laatste menstruatie was zes maanden geleden. Gisteren had ik echter na het vrijen wat last van bloedverlies. De overgang is dus toch nog niet helemaal voorbij, denk je wel?

- Welke verschijnselen wijzen op de overgang?
- Hoe verklaar je de rugpijn waarvan mevrouw Ringers zoveel last heeft?
- Waarom moet mevrouw Ringers hormoontabletten slikken?
- Welke voedingsmiddelen kun je mevrouw Ringers adviseren, waar veel calcium in zit?
- Welk advies zou jij mevrouw Ringers geven, als ze je vertelt over het bloedverlies na het vrijen?

Opdracht 3

(Opnemen, integreren en toepassen)

Kirsten vraagt haar moeder, die 44 jaar is, of zij wel eens borstzelfonderzoek doet. Haar moeder zegt dat ze dat niet nodig vindt. In haar familie komt geen kanker voor. Daarom neemt ze ook niet deel aan zo'n bevolkingsonderzoek, als ze een oproep krijgt. Kirsten schrikt een beetje van het antwoord van haar moeder. Je kunt toch ook kanker krijgen, ook al komt het niet in de familie voor?

- Welke vormen van kanker komen regelmatig bij vrouwen voor? Kun je naast erfelijkheid nog andere oorzaken noemen?
- Voer (als je een vrouw bent) het borstzelfonderzoek eens bij jezelf uit. Hoe is het om dit te doen?
- Wat gebeurt er bij een bevolkingsonderzoek naar borstkanker en naar baarmoederhalskanker?
- Wat is het doel van een bevolkingsonderzoek?
- Waarom zou Kirstens moeder kunnen opzien tegen bevolkingsonderzoek?
- Wat zou je tegen Kirstens moeder kunnen zeggen, om haar te overreden borstzelfonderzoek te doen of deel te nemen aan een bevolkingsonderzoek?

2 : Aandoeningen aan de mannelijke geslachtsorganen

Een veel voorkomende aandoening van de mannelijke geslachtsorganen is een liesbreuk.

Andere ziekten zijn goedaardige vergroting van de prostaat en prostaatkanker

Liesbreuk

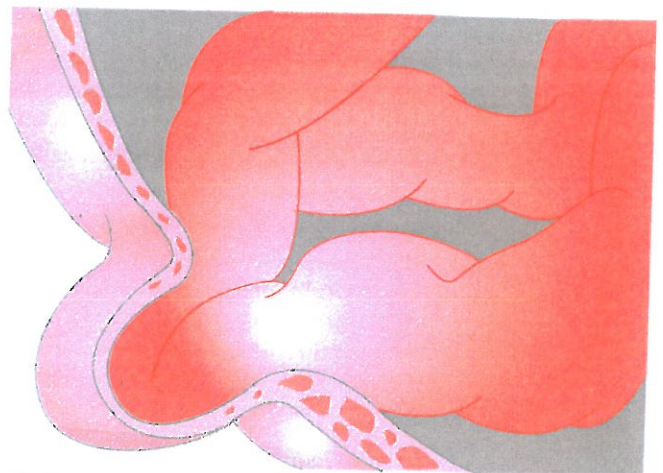
Voor de geboorte dalen bij een jongetje de zaadballen vanuit de buikholtte door een kleine opening in de buikwand in het lieskanaal en zo naar de balzak. Op oudere leeftijd kan deze opening in de buikwand verslappen, waardoor een gedeelte van de darm kan afdalen in de balzak. Dit wordt een *liesbreuk* genoemd (afb. 4).

De verschijnselen zijn:

- pijn in de lies
- zwelling in de lies en balzak, die toeneemt bij hoesten, tillen, persen en staan.

Een liesbreuk wordt behandeld door een operatie of het dragen van een breukband.

De complicatie van een liesbreuk is een *beklemde breuk*, waarbij het stukje afgedaalde darm bekneld raakt en kan



Afbeelding 4
Liesbreuk

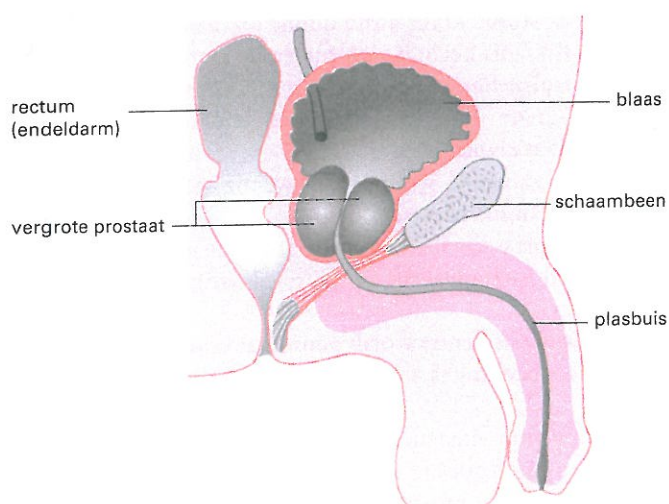
afsterven, wat kan leiden tot darmperforatie en buikvliesontsteking.

Prostaatvergroting

Prostaatvergroting is een goedaardige vergroting van de prostaat (afb. 5). Dit komt vaak voor bij oudere mannen. Zij krijgen last van de kenmerkende prostaatklachten:

- het plassen komt moeilijk op gang
- de urinestraal is slap
- de urine druppelt na
- zij kunnen niet meer uitplassen.

Uiteindelijk kan een overloopblaas ontstaan. Ook kunnen de nieren blijvend beschadigd raken.



Afbeelding 5

Een prostaatvergroting bemoeilijkt het plassen

Prostaatkanker

Bij kwaadaardige vergroting van de prostaat spreek je van *prostaat*kanker. De eerste verschijnselen lijken veel op goedaardige prostaatvergroting. Daarnaast kan ook sprake zijn van pijn bij het plassen en bloedplassen. Vaak is het eerste teken van prostaat­kanker echter pijn in het onderlichaam door uitzaaiingen.

Opdracht 4

(Opnemen, integreren en toepassen)

Lees onderstaand gedeelte uit een artikel. Beantwoord daarna de vragen.

“Alweer vijf jaar geleden kreeg de heer J.W. Hollander uit Groningen voor het eerst problemen met plassen. ‘Ik moest op een gegeven moment steeds vaker naar de wc, omdat ik telkens maar een klein beetje urine kwijt kon. Dus bij elk toiletbezoek had ik het gevoel dat ik nog meer moest plassen, maar dat ging gewoon niet. Toen dat zo een tijdje voortduurde en mijn plasklachten steeds verder toenamen, besloot ik ermee naar mijn huisarts te stappen. Die vond het echter niet verontrustend. Zodat ik zonder enig middel of advies weer met mijn plasklachten naar huis kon.’”

Ruim drie jaar liep de heer Hollander daarna nog met zijn klachten door. Klachten die op het laatst dermate ernstige vormen aannamen, dat ze ook zijn nachtrust danig verstoorden. (...) Na enig aandringen besloot de huisarts hem toch voor nader onderzoek door te verwijzen naar een uroloog. “Eenmaal in het ziekenhuis bleek al gauw dat er wel degelijk sprake was van een duidelijke vergroting van de prostaat. In zijn ogen zelfs zo ernstig, dat hij een prostaatoperatie eigenlijk meteen gewent achtte.” (...) “Nadat mijn prostaat operatief was verwijderd, ging het eigenlijk meteen een stuk beter met me. Mijn jarenlange plasklachten behoorden in ieder geval tot het verleden. Al had ik in het begin nog wel vrij veel last van urine-incontinentie, waardoor ik ongeveer een half jaar lang dagelijks met van die grote luiers moest rondlopen. Maar op den duur ging dat steeds beter en hoefde ik die luiers gelukkig helemaal niet meer te gebruiken. Wel adviseerde de uroloog mij om voortaan goed uit te plassen. Ook drink ik nu bewust veel meer.” Ondanks het feit dat hij dankzij die prostaatoperatie definitief verlost is van zijn jarenlange plasklachten, zegt de heer Hollander nu echter te stuiten op enkele andere, kleine bezwaren. “Zo heb ik sindsdien bijvoorbeeld duidelijk wat meer moeite met mijn potentie. Nadat mijn prostaat is verwijderd, wordt mijn penis bijvoorbeeld niet meer zo stijf als vroeger. Voor die prostaatoperatie had mijn uroloog daar overigens niets van gezegd.” Daarnaast maakt de heer Hollander eveneens melding van ongewenst urineverlies. “Daar heb ik vooral last van bij extra lichamelijke inspanning. (...)”

(Bron: *Gezondheidsnieuws*, december 1997)

- Welke klachten van de heer Hollander wijzen op vergroting van de prostaat?
- Waarom blijven mannen vaak lang wachten voordat ze met deze klachten naar de dokter gaan?
- Wat doet een uroloog? Wat vind je van de behandeling van de huisarts en uroloog?
- Waarom moet de heer Hollander goed uitplassen en veel drinken?
- Wat zijn bij de heer Hollander de restverschijnselen van de prostaatoperatie?

3 Seksueel overdraagbare aandoeningen

Seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA) of *geslachtsziekten* zijn infectieziekten die veroorzaakt worden door onveilig seksueel contact. SOA worden overgedragen via:

- sperma, bloed of vaginaal vocht
- contact tussen slijmvliezen van de geslachtsdelen, de endeldarm en anus of de mond.

Als je een SOA hebt opgelopen kun je klachten krijgen, maar dat hoeft niet. Sommige vrouwen doen de klachten af als onbelangrijk: iedereen heeft wel eens last van jeuk of een beetje afscheiding.

Als je een of meer van de volgende verschijnselen bij jezelf ontdekt, kan dit wijzen op een SOA:

- een branderig of pijnlijk gevoel bij het plassen of het vrijen
- jeuk aan de penis of vagina
- afscheiding uit de penis of vagina die ongezond van kleur en geur is
- wondjes, zweertjes, wratjes of blaasjes aan de geslachtsorganen, de anus of rond de mond
- opgezette lymfeklieren
- pijn in de onderbuik
- bloedverlies als je niet ongesteld bent of na het vrijen.

Als je deze klachten krijgt, is het belangrijk dat je deskundige hulp inschakelt. Een SOA verdwijnt nooit vanzelf en kan ernstige complicaties, zoals onvruchtbaarheid, veroorzaken. Ook vorm je een besmettingsgevaar voor anderen als je er mee blijft rondlopen. Dit betekent ook dat je degene(n) met wie je hebt gevrijd voordat je de SOA ontdekte, moet inlichten. Zij kunnen eveneens besmet en besmettelijk zijn. Deskundige hulp kun je krijgen van de huisarts, de drempel-vrije poliklinieken voor geslachtsziekten in de grote steden, de gemeentelijke diensten voor geslachtsziektenbestrijding en de Rutgers Stichting.

Enkele bekende seksueel overdraagbare aandoeningen zijn:

- gonorrhoe
- herpes genitalis

- chlamydia
- trichomonas.

Gonorrhoe

Gonorrhoe of *druiper* wordt veroorzaakt door een bacterie. Twee tot tien dagen na de besmetting treden bij mannen meestal de volgende ziekteverschijnselen op:

- groengele afscheiding uit de penis
- pijn bij het plassen.

Bij vrouwen kan de ziekte veel sluipender verlopen en zelfs onopgemerkt blijven. Als de ziekte niet behandeld wordt, kunnen de baarmoeder, de eileiders en de eierstokken ontstoken raken, waardoor de vrouw onvruchtbaar kan worden. Gonorrhoe wordt behandeld met antibiotica.

Herpes genitalis

Het herpesvirus, dat koortsuitslag veroorzaakt, kan ook op de geslachtsdelen een infectie veroorzaken. De naam van deze infectie is *herpes genitalis*. De verschijnselen zijn:

- een branderig gevoel
- blaasjesuitslag.

Dit duurt twee tot drie weken, waarna het herpesvirus zich terugtrekt in de zenuwuiteinden. Bij verminderde weerstand kan de ziekte echter terugkeren. Je bent dan weer besmettelijk voor anderen. De ziekte is niet te genezen, maar kan wel onderdrukt worden met medicijnen.

Chlamydia

Chlamydia kan de volgende klachten geven:

- verhoogde afscheiding
- pijn bij het plassen.

De infectie kan zich uitbreiden naar de eierstokken en de zaadballen en dan onvruchtbaarheid veroorzaken. Daarom moet je bij deze klachten altijd naar de dokter gaan.

Trichomonas

Trichomonas is een hinderlijke ontsteking van de slijmvliezen van de geslachtsorganen. Mannen hebben er bijna nooit last van en kunnen zo ongemerkt de ziekte doorgeven aan vrouwen. De verschijnselen bij vrouwen zijn:

- witte vloed
- irritatie, jeuk en pijn aan de vulva.

Soms treden urineweginfecties op. Het is belangrijk om beide partners met medicijnen te behandelen.

Opdracht 5

(Opnemen, integreren en toepassen)

Lees onderstaande ervaring van Hanne (zeventien jaar) met het hebben van een SOA door. Maak daarna de vragen.

“Ik klapte helemaal dicht toen die sociaal verpleegkundige van de GGD het me vertelde. Hoe kan dat nu, dacht ik. Waarom moet mij dat overkomen? Waarom heeft hij dat met me gedaan? De sociaal verpleegkundige legde uit dat gonorrhoe goed te genezen is. Een half uur later stond ik weer buiten. Met een officieel erkende druipeer en een injectie in mijn bil. Na twee weken was mijn ziekte over. Ik heb het aan niemand verteld. Jij bent de eerste. Ik weet niet, je bent toch kwetsbaar als het om je eigen seksualiteit gaat.”
(Bron: *Ziek van de liefde*, Onderwijsvoorlichting Kenmerk)

- Met welke verschijnselen is Hanne waarschijnlijk naar de GGD gegaan?
- Noem nog twee voorzieningen waar ze heen kon.
- Waar zou jij heen gaan voor behandeling en waarom?
- Kun je je voorstellen dat Hanne aan niemand heeft verteld dat ze een SOA heeft?
- Waarom is het verstandig je (ex)partner wel te vertellen dat je een SOA hebt?

4 Ongewenste zwangerschap

In Nederland komt ongewenste zwangerschap niet zo vaak voor. De meeste jongeren gebruiken een voorbehoedmiddel. Bij het gebruik van voorbehoedmiddelen kan wel eens wat misgaan, bijvoorbeeld als je de pil hebt vergeten of als het con-

doom is stuk gegaan. Er zijn ook meisjes die denken: zwanger worden, dat overkomt mij niet. Vooral bij de eerste keren dat jongeren geslachtsgemeenschap hebben, gebruiken ze geen voorbehoedmiddel. Als een kans op ongewenste zwangerschap bestaat, is een aantal noodmaatregelen mogelijk.

Morning-afterpil

De *morning-afterpil* of *pechpil* bestaat uit een tablettenkuur, waarmee je binnen 36 uur na het vrijen moet beginnen. De morning-afterpil zorgt ervoor dat een mogelijk bevruchte eicel zich niet kan innestelen in de baarmoeder. Je kunt last krijgen van bijverschijnselen, zoals misselijkheid en braken. De morning-afterpil is niet geschikt om regelmatig te gebruiken.

Morning-afterspiraal

Een *morning-afterspiraal* is een gewoon spiraaltje dat tot vijf dagen nadat je onbeschermd gemeenschap hebt gehad, kan worden ingebracht. Het voorkomt innesteling van de bevruchte eicel in de baarmoederwand.

Overtijdbehandeling

Tot uiterlijk veertien dagen over tijd kan een *overtijdbehandeling* worden uitgevoerd. Hierbij wordt de baarmoeder schoon gezogen. De behandeling, die *zuigcurette* wordt genoemd, duurt ongeveer tien minuten. Het kan pijnlijk zijn. Het bloedverlies is echter gering en na een kwartiertje mag je weer naar huis. Na twee weken wordt met een zwangerschapstest gecontroleerd of de behandeling is gelukt.

Abortus provocatus

Abortus provocatus betekent de opzettelijke beëindiging van een zwangerschap.

Een abortus gebeurt meestal door *zuigcurette* in een *abortuskliniek*. Voor een abortus mag worden uitgevoerd, moet je aan enkele voorwaarden voldoen:

- Je mag niet langer dan dertien weken zwanger zijn.
- Na een eerste gesprek met een arts over je voornemen de zwangerschap te onderbreken, moet vijf dagen bedenktijd in acht worden genomen.

- De abortus mag alleen plaatsvinden als de arts dit verantwoord vindt.
- In de abortuskliniek moeten maatschappelijk werkers en psychologen werkzaam zijn om je voor en na de ingreep op te vangen en je informatie te geven over alternatieven voor abortus en voorbehoedmiddelen.

Het onderbreken van zwangerschappen van twaalf weken en langer mag alleen in speciale abortusklinieken. Abortus op een vrucht die levensvatbaar is (dat is vanaf de 24ste week) is strafbaar.

Voor de morning-afterpil en -spiraal kun je terecht bij de huisarts. Hier kun je ook terecht om verwezen te worden naar een ziekenhuis of abortuskliniek voor een overtijdbehandeling of abortus.

5 Seksuologische problemen

Sommige mensen hebben problemen bij het vrijen. Dit worden *seksuologische problemen* genoemd. De meest voorkomende seksuele moeilijkheden zijn:

- geen zin in seks
- problemen tijdens het vrijen.

Geen zin in seks

Dit betekent dat iemand geen seksuele gevoelens en seksueel plezier beleeft. Voor vrouwen wordt soms de ouderwetse en beschuldigende term *frigiditeit* gebruikt.

Problemen tijdens het vrijen

Bij vrouwen kan vaginisme een probleem zijn. *Vaginisme* is een sterke, onwillekeurige samentrekking van de spieren van de vagina en de bekkenbodemspieren, waardoor het inbrengen van de penis onmogelijk wordt.

Mannen kunnen last hebben van *impotentie*: ze kunnen dan geen erectie krijgen. Voortijdige zaadlozingen vormen een ander probleem dat mannen kunnen hebben. Zowel mannen als vrouwen kunnen last hebben van pijn bij het vrijen.

6 Seksueel geweld

Er zijn verschillende vormen van seksueel geweld.

Seksueel geweld tegen vrouwen

Seksueel geweld tegen vrouwen is al het gedrag waarmee mannen laten merken dat ze vrouwen als seksueel object zien, en dat door vrouwen als lastig, vernederend en ongewenst wordt beschouwd. Bijna alle meisjes en vrouwen krijgen wel eens met seksueel geweld te maken. Hierbij kan het gaan om ongewenste intimiteiten, aanranding of verkrachting.

Seksueel geweld is een gevolg van de machtsongelijkheid tussen mannen en vrouwen. Sommige mannen verwachten dat vrouwen altijd seksueel beschikbaar zijn. Ook wordt van vrouwen verwacht dat ze veel zorg besteden aan hun uiterlijk en er aantrekkelijk uitzien. Dit kunnen mannen opvatten als 'erom vragen'.

Vrouwen vinden het vaak moeilijk 'nee' te zeggen. Mannen vatten het 'nee' van vrouwen soms op als 'ja': het protest dat vrouwen uiten, wordt gezien als een normale manier van doen, waarbij de man de vrouw moet veroveren.

Mannen zijn bovendien lichamelijk vaak sterker. Veel vrouwen zijn bang dat mannen agressief worden als ze afgewezen worden.

Door voorlichting wordt geprobeerd seksueel geweld te bestrijden (afb. 6). Onder het motto 'als een meisje nee zegt, bedoelt ze nee' wordt mannen duidelijk gemaakt dat hun beeld van vrouwen niet overeenkomt met wat vrouwen voelen en willen. Mannen moeten hun gedrag tegenover vrouwen veranderen. Vrouwen leren beter voor zichzelf op te komen en hulp te zoeken als ze te maken krijgen met seksueel geweld.

Ongewenste intimiteiten

Het begrip ongewenste *intimiteiten* betekent dat je seksueel wordt lastiggevallen: je wordt nagefloten op straat, in de disco knijpt iemand in je billen, je krijgt een hijger aan de telefoon, een collega maakt seksuele toespelingen in jouw



Afbeelding 6
Goed bedoeld, of niet?

richting of het is een zorgvrager die een dubbelzinnige opmerking maakt (afb. 7).

Omgaan met ongewenste intimiteiten is vaak moeilijk. Aan de ene kant voel je je gekwetst, vernederd of onder druk gezet. Aan de andere kant is nagefloten worden of de opmerking dat je zo'n lekker stuk bent, vleiend. Het is een vorm van waardering en contact. Vaak wordt het overdreven gevonden als je er iets van zegt. Veel mannen hebben



Afbeelding 7
Ongewenste intimiteiten op het werk

ook niet geleerd op een andere manier met vrouwen om te gaan. Als ze geen seksuele toespelingen maken, vinden anderen hen geen echte man.

Hoe je omgaat met ongewenste intimiteiten, hangt af van jezelf: humoristisch, minachtend, ongenaakbaar, boos of erover proberen te praten zijn enkele mogelijkheden. Op verschillende manieren kun je laten merken dat je niet gediend bent van ongewenste intimiteiten. Het is belangrijk duidelijk te maken waar jouw grenzen liggen. Wanneer je

tijdens je werk te maken krijgt met ongewenste intimiteiten is het belangrijk dit te bespreken met je leidinggevende of met de vertrouwenspersoon die hiervoor is aangesteld.

Aanranding en verkrachting

Aanranding betekent dat je gedwongen wordt tot seksuele handelingen. Bij een *verkrachting* word je tegen je wil gedwongen tot gemeenschap. Meestal is een man de dader. In het nieuws komen vaak gevallen van aanranding en verkrachting die in het openbaar plaatsvinden, door die enge griezels die je de bosjes in sleurt. Veel vrouwen zijn daarom bang om 's avonds alleen de straat op te gaan of op een stil weggetje te fietsen. Ze zorgen ervoor dat ze geen 'uitdagende' kleding dragen of schaffen een auto aan om na de nachtdienst veilig thuis te komen. Andere vrouwen gaan op een zelfverdedigingscursus om zichzelf te leren verweren tegen een aanrander of verkrachter.

De aanrander of verkrachter is echter meestal een bekende, zoals de echtgenoot, een vriend, de buurman of een kennis. De aanranding of verkrachting vindt vaak binnenshuis plaats, soms overdag en herhaaldelijk. De vrouw wordt niet alleen seksueel gebruikt, maar vaak ook lichamelijk mishandeld.

Aangerand of verkracht worden is een ingrijpende ervaring. Het kan ernstige en langdurige gevolgen hebben, zowel lichamelijk als psychosociaal. Veel meisjes en vrouwen durven niet te praten over hun ervaringen met seksueel geweld en proberen deze te verdringen. Dit kan betekenen dat ze geen aangifte doen bij de politie, zodat het misdrijf ongestraft blijft. Het is echter moeilijk de gevolgen van een aanranding of verkrachting alleen te verwerken. Als je zo'n ervaring hebt, probeer er dan over te praten met mensen die je vertrouwt. Als je omgeving je niet voldoende of niet de juiste steun kan geven, zijn er instanties die hulp kunnen bieden, bijvoorbeeld het Bureau Slachtofferhulp.

Seksueel geweld tegen kinderen

Als kinderen slachtoffer zijn van seksueel geweld, wordt gesproken van *seksuele kindermishandeling*. Bij seksuele kindermishandeling worden seksuele handelingen aan een kind opgedrongen door iemand die macht kan uitoefenen

over het kind. Seksuele kindermishandeling kan voorkomen binnen het gezin. Je spreekt dan van *incest*. Hierbij gaat het om seksuele contacten tussen (meestal) een (stief)vader, broer of oom, en een kind.

Meer en meer wordt duidelijk dat kinderen ook door anderen seksueel misbruikt kunnen worden: de leraar, een trainer, de buurman of voor commerciële doeleinden, zoals foto's of video's. Een vorm van seksuele kindermishandeling is *pedofilie*. Pedofielen zijn mensen die een voorkeur hebben voor erotische contacten met jongeren.

De gevolgen van seksuele kindermishandeling zijn heel ingrijpend voor het kind. Deze kinderen dragen een groot geheim met zich mee. Ze worden onder druk gezet er met niemand over te praten. Hierdoor voelen ze wel dat het niet klopt wat hun overkomt. Ze zijn echter niet bij machte iets aan de situatie te veranderen.

Soms nemen kinderen de stap hun geheim aan een ander te vertellen, bijvoorbeeld hun moeder, de buurvrouw of de juf. Als een kind aangeeft dat hij misbruikt is, moet je altijd geloven dat er iets ernstigs aan de hand is. Zorg ervoor dat het kind zijn verhaal kwijt kan en roep hulp in.

Als bij mensen in de omgeving van het kind, onder wie zorgverleners, een vermoeden bestaat van seksuele kindermishandeling, kun je dat melden bij het Bureau Vertrouwensarts. Als bekend is geworden dat een kind seksueel misbruikt wordt, wordt de RIAGG ingeschakeld en kunnen maatregelen getroffen worden, zoals een kindbeschermingsmaatregel. De dader kan strafrechtelijk worden vervolgd.

Prostitutie en pornografie

Twee andere vormen van seksueel geweld zijn *prostitutie* en *pornografie*. Veel vrouwen ervaren prostitutie en pornografie als bijzonder vrouwonvriendelijk.

Opdracht 6

(Opnemen, integreren en toepassen)

Lees onderstaande situatieschetsen.

Hoe reageer je in deze situaties? Bespreek je reactie met anderen.

- In het verzorgingshuis waar jij werkt krijgt een zorgvrager een erectie terwijl je hem aan het wassen bent. Hij vraagt of je hem wilt aftrekken.
- In de instelling waar je stage loopt valt een mannelijke collega je lastig met ongewenste intimiteiten. Hij kijkt je steeds op een speciale manier aan en staat je vaak zo in de weg dat je hem wel moet aanraken om langs hem te kunnen.
- Je werkt in een instelling waar mensen wonen die lichamelijk gehandicapt zijn. Enkele bewoners hebben veel behoefte aan intiem en seksueel contact. In een teambespreking wordt voorgesteld prostituees in te schakelen die zich speciaal richten op dienstverlening in de gezondheidszorg.