Praten over seksuele gezondheid in de verloskundige praktijk

Waar ligt je kracht, maar ook je beperking,
bekeken vanuit professioneel en praktijkperspectief?

Dieuwke Ottens
verloskundige en consulent seksuele gezondheid NVVS

Wie ben ik?

- Verloskundige sinds 2001
- Eigen praktijk, innovatie, behoefte aan specialisatie vanaf 2007
- Co-trainer Rutgers sinds 2014
- Consulent seksuele gezondheid NVVS sinds 2015
- Specialisatie: raakvlak verloskunde en seksuologie
- Doel: bespreekbaar maken van seksuele gezondheid binnen de verloskunde
- Basis: seksuele gezondheid

Inhoud

1. Seksuele gezondheid en de verloskundige praktijk
2. Wat wil de cliënte en partner (praktijkonderzoek)?
3. Is het makkelijk? Wie start het gesprek?
4. Waar ligt jullie kracht en grens?
5. Hoe pak je het aan en wat levert het op?

Definitie seksuele gezondheid
(bron: beleidsvisie seksuele gezondheid - oktober 2022)

Seksuele gezondheid is een belangrijk onderdeel van iemands mentale en fysieke welzijn en gezondheid. Voor u ligt onze beleidsvisie over seksuele gezondheid. Dit kabinet onderschrijft de werkdefinitie van seksuele gezondheid door de WHO, welke luidt:

> *Seksuele gezondheid is een met seksualiteit verbonden toestand van fysiek, emotioneel, mentaal en sociaal welzijn. Seksuele gezondheid is dus meer dan alleen de afwezigheid van ziekte, disfunctie of zwakte. Seksuele gezondheid vereist een positieve en respectvolle benadering van seksualiteit en seksuele relaties. Seksuele gezondheid vereist ook het mogen en kunnen aangaan van plezierige en veilige seksuele ervaringen; zonder dwang, discriminatie en geweld. Om seksuele gezondheid te bereiken en te behouden, moeten de seksuele rechten van alle personen worden gerespecteerd, beschermd en gerealiseerd.*

Definitie seksuele gezondheid
(bron: beleidsvisie seksuele gezondheid - oktober 2022)

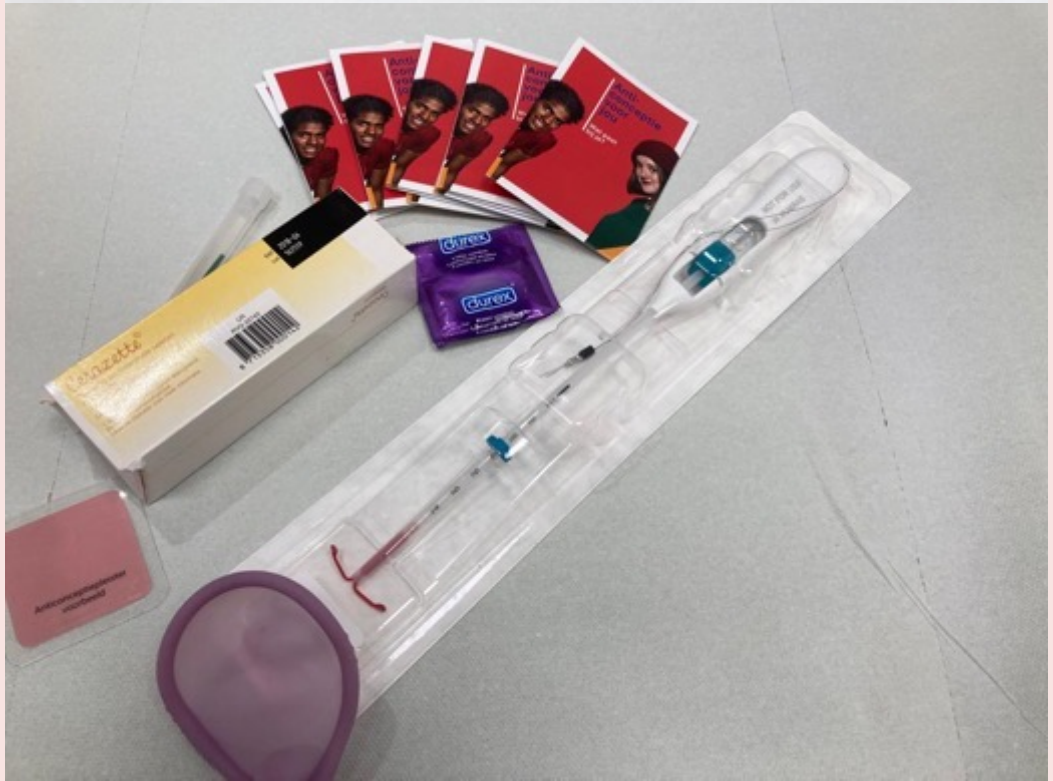
Seksuele gezondheid is dus **meer** dan de afwezigheid van seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's) of hiv, het voorkomen van onbedoelde zwangerschappen of het voorkomen van seksueel grensoverschrijdend gedrag of seksueel geweld.

Het is het vermogen om seksueel je **eigen regie** te voeren.

Op individueel niveau vereist dit **kennis, vaardigheden en vrijheid** om naar eigen invulling plezierige, veilige en gelijkwaardige seksuele belevingen te kunnen aangaan. Van de samenleving vereist dit **goede voorlichting en opvoeding, laagdrempelige ondersteuning en zorg**. Het vergt een **maatschappelijke context** waarin wordt onderkend dat seksuele gezondheid ertoe doet voor iemands mentale en fysieke welzijn en gezondheid en waarin seksuele gezondheid, seksualiteit, seksueel plezier en wensen en grenzen bespreekbaar zijn.

Hoe ziet de verloskundige praktijk er gemiddeld uit als het gaat over seksualiteit?

- Focus op risico: negatieve seksuele ervaringen en anticonceptie
- Laat besproken - tijdens nacontrole : coïtus hervat?
- Geen standaard gespreksonderwerp
- Vraag komt vanuit de cliënte (‘*mag het nog, kan het kwaad?’)*
- Handelingsverlegenheid (Rutgers, 2012)
- Onbekendheid met materiaal en info (Zanzu/folders Rutgers/koffer)



Wat wil de cliënte en haar partner (vanuit eigen onderzoek)?

- Begin zwangerschap met name angst miskraam
- Vragen komen rond 12/13 wk
- Verloskundige is specialist en deskundige (normaal)
- Context en vorm zijn belangrijk
- Proactief, niet te direct
- Verder onderzoek (opleiding Rotterdam)

Is het makkelijk?
Wie start het gesprek?

- Voorbereiden en doen
- Zet het zelf op je agenda en vergroot je werkplezier
- Trainen en starten

Waar ligt jullie kracht?

- PLISSIT
  (Permissie/Limited Information/Specific Suggestions/ Intensive Therapy)

- Kennis over de vragen die er zijn

- Kennis van de veranderingen in de zwangerschap en de periode post partum. Wat is normaal en welke vragen zijn er?

Waar ligt jullie kracht?

- Kennis van de kwetsbaarheid post partum en bijdragen aan seksuele gezondheid vanuit een gezinsgericht perspectief

- Gewend om te counselen, exploreren, doorvragen, informeren en doorverwijzen

Waar liggen de grenzen, gezien vanuit het perspectief van risicoselectie?

- Schoenmaker houd je bij je leest
- Altijd starten, maar ook op tijd stoppen
- Heb weet van de sociale kaart, stuur gericht door
- Houd het positief en doe voorwerk (PLI)
- Stel 3 goede vragen

De 3 goede vragen

1. Wat is er aan de hand?
   Laat ze het in eigen woorden beschrijven

2. Sinds wanneer is het ontstaan?

3. Is het er altijd of soms niet?

Hoe kun je het aanpakken (ervaring uit de praktijk)? Wat levert het op?

- Voortschrijdend inzicht in de tijd
- Toename werkplezier, bijdragen aan toekomstgerichte verloskunde
- Zorg voor luchtigheid, kom erop terug
- Materiaal en opleiding genoeg

Vragen?

Dank voor de aandacht

Aan de slag, geen tijd te verliezen !

Dag van de vrouwenzorg

UP NEXT ▶▶

12.25 – 13.10 u	Sandra Kroeze & Jorien Nijland **Inzicht in abortuszorg**	Copraloods
	Ginny Chamorro & Marika Vanlerberghe **Leren van leefstijl**	Loods 8
	SKILLSLAB: Spiralen plaatsen voor gevorderden	Silo 36