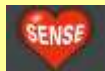




Jongeren en seksuele gezondheid

M.Tanis Nauta, arts seksuoloog NVVS

Coordinator Sense Noord



- ‘Seksuele gezondheid is een staat van lichamelijk, emotioneel, mentaal en sociaal **welbevinden** met betrekking tot seksualiteit; het is niet alleen maar de afwezigheid van ziekte, disfunctie of gebrek. Seksuele gezondheid vereist een **positieve en respectvolle benadering** van seksualiteit, **vrij** van dwang, discriminatie en geweld. Om tot seksuele gezondheid te komen en te handhaven moeten de seksuele rechten van alle mensen worden gerespecteerd en waargemaakt.’ **WHO**

Onderzoek 2005



- “101 vragen over jongeren en seks”

- Onderzoek:
- Seks onder je 25 ste.



Eerste keer

- Gemiddeldjr ZOENEN
- Gemiddeld.....jr COITUS
- 13,5 JAAR ZOENEN
- 16,7 JAAR COITUS



OPLEIDING

- VMBO
- eerder seks
- Havo-VWO
- vaker solo-seks




Veranderingen


- komt bij scholieren **twee** keer zo vaak voor als 10 jaar geleden.
- Anale seks
- Waarom?
- Voor de meesten een variatie in een langere relatie



Kennis en problemen

- Wie weten meer over seks:
 - Jongens of meisjes?
- 
- Wie hebben meer seksuele problemen ?
 - 1:6 meisjes heeft geen zin
 - 1:4 meisjes geen orgasme
 - Ruim de helft van de meisjes : pijn
 - Meer dan de helft jongens "komt wel eens te snel klaar "

Anticonceptie

- Hoeveel jongeren gebruiken een voorbehoedsmiddel:
 - 4 : 5
 -jongeren gebruikt geen condoom bij een vakantieliefde
 - 1 : 3
- 


Stilstaan bij

- **Seks onder je 25 ste**
- 12-14 jarigen: Hoeveel % seksueel actief
- 7 %
- Vaker "overgehaald" (misbruik)
- Vaker onzeker, oa over eigen uiterlijk
- 30 % jongens en
- 15 % meisjes.....geen voorbehoedsmiddel


Sense Noord Nederland



Sense NN

- Laagdrempelige hulpverlening aan jongeren
 - Tot 25 jaar
 - GRATIS
 - Afspraak maken via Sense NN
 - GGD Fryslan, GGD Groningen , GGD Drenthe
 - Ministerie van VWS
- 

Seksuele gezondheid

- 1 SOA
 - 2 Geboorte regeling
 - 3 Seksuele problemen / lijf en leden
 - 4 Seksueel misbruik
- 

Cijfers Sense NN

- Totaal 2008 1030 jongeren
- Totaal 2009 950 jongeren
- Totaal 2010 1277 jongeren



- Meeste vragen :
- SOA , anticonceptie , lijf en leden

1 SOA en jongeren

- Angst voor SOA
- meestal **geen klachten**
- Onbeschermd seksueel contact



- Onderzoek :
- 6 : 1000 jongens
- 12 : 1000 meisjes positief

2 Geboorteregeling

- Sense spreekuren:
- Vragen over gebruik van de pil
- Alternatieven voor de pil
- Pil vergeten (70 % wel eens)
 - Stop 4 daagse/ 4 maanden



3 Lijf en leden



Normaliteits-vragen







Pearly penile papules



talgklieren



3 Problemen rond seks

- Mannen: te snel klaarkomen
- erectie problemen
- Vrouwen: pijn bij het vrijen/ geen zin
- orgasme probleem
- Beide groepen: onzekerheid over lijf en leden



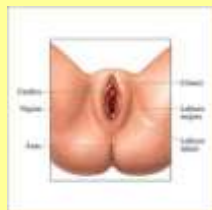
- Ejaculatio praecox
- IELT < 1 minuut
- Oncontroleerbaar
- Levenslang
- Bio-psycho-relationeel
- Met aandacht leren vrijen
- Evt medicatie SSRI

- **Erectie verlies**
- Veelal geen problemen bij masturbatie
- Faalangst
- Bio-psycho-relatieel
- Met aandacht leren vrijen

- **Dyspareunie**
- Langer dan 6 maanden
- Pijn bij penetratie of diep / of **vaginisme**
- Geen zin in seks
- Bekkenbodempertonie
- Bio-psycho-relatieel



BEKKEN BODEM



Onderzoek vestibulum:

- Spreiden
- Laten persen
- Nat wattenstaafje
- Positieve touchtest
- Digitale palpatie

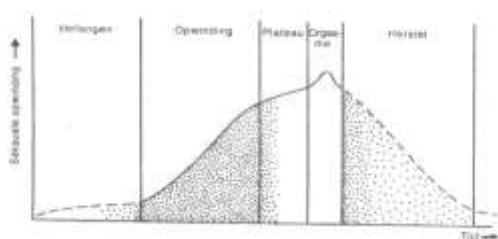


Pijn bij het vrijen



- **Orgasme problemen**
- (Jonge) vrouwen hebben NOG niet geleerd hoe ze **zelf** een orgasme moeten maken
- Laat staan hoe dat moet tijdens seks met een ander
- Bio-psycho-relatieel

Responscyclus met vijf fasen



43



MYTHE



Wat biedt Sense NN



- Deskundig luisterend oor
- (HBO) Sense verpleegkundigen met Aantekening seksuologie NVVS
- Informatie en advies geven
- 2-3 consulten van 20-30 minuten
- Zo nodig multidiscipl. overleg en verwijzing
- Is gratis en kan anoniem
- Als de huisarts geen optie is.

Spreekuur JGZ

- Brengen jullie ter sprake:
- Lijf en leden
- Seksuele ontwikkeling
 - seks hebben, met plezier, anticonceptie
- Veilig vrijen
- misbruik / gedwongen seks



Ter sprake brengen

- Gebruik de algemene info en ga dan directer vragen
- Uit een onderzoek blijkt.....
- Zoenen
- Of verder gaan met ontdekken
- Heb je vragen, heb je genoeg informatie
- www.sense.info



Stand in de hal



VRAGEN ?