



**DrieGasthuizenGroep**  
Zorgzaam en gastvrij sinds 1246



# Intimiteit en seksualiteit

Over liefde en nabijheid

# INTIMITEIT EN SEKSUALITEIT HOREN BIJ HET LEVEN

Ook wanneer u ouder wordt of te maken krijgt met ziekte, blijven liefde, nabijheid en genieten belangrijk. Intimiteit kan zitten in kleine gebaren, zoals een knuffel of een hand vasthouden. Seksualiteit gaat over verlangen en plezier, zowel lichamelijk als geestelijk. Omdat dit heel persoonlijk is, kan erover praten soms lastig zijn. Deze folder helpt u daarbij.

## Seksualiteit bij ouder worden of ziekte

- Uw lichaam verandert en dat kan invloed hebben op hoe u zich voelt.
- Hormonen zorgen soms voor minder zin in seks. Mannen hebben vaker erectieproblemen; vrouwen kunnen na de overgang last hebben van een drogere vagina.
- Medicijnen, zoals antidepressiva of bloeddrukverlagers, beïnvloeden het seksueel verlangen. Bespreek dit met uw arts; er zijn vaak alternatieven.
- Hulpmiddelen als een katheter, stoma of prothese vragen om geduld en creativiteit in uw intieme leven.
- Aandoeningen zoals parkinson of een beroerte kunnen ook invloed hebben.

Samen praten, zonder schaamte of schuldgevoel, maakt omgaan met deze veranderingen vaak makkelijker.

## Ruimte voor uw wensen

Thuis heeft u, alleen of als stel, uw eigen gewoontes. U hoeft thuis geen rekening te houden met zorgmedewerkers of andere bewoners. Wat verandert er, nu u naar DrieGasthuizenGroep verhuist? Voorop staat dat u en uw eventuele partner zich hier op uw gemak voelen en dat het verschil met thuis zo klein mogelijk is, ook op het gebied van intimiteit en seksualiteit. Dus wat u thuis gewend was, willen wij zo goed mogelijk faciliteren.

## De pluspunten

Er zijn ook pluspunten aan het ouder worden:

- U heeft alle tijd voor uzelf of voor elkaar.
- U kent uw eigen lichaam na al die jaren heel goed.
- U kunt tot op zeer hoge leeftijd verliefd worden en genieten, óók van lichamelijke liefde.

Als u op ontdekkingstocht gaat naar andere vormen van seksualiteit omdat de oude niet goed meer lukken, kunt u dichterbij uzelf en bij elkaar komen.

## Hulp en advies

Praten over de intiemste gewoonten of behoeften is voor veel mensen niet alledaags. Toch kunnen we beter rekening met u houden naarmate u meer vertelt of vraagt. U kunt uw wensen of vragen bespreken met elke zorgmedewerker bij wie u zich prettig voelt. Ook kunt u vragen om een gesprek met een zorgverlener met expertise op het gebied van intimiteit en seksualiteit, bijvoorbeeld een verpleegkundige of psycholoog. Samen met u zoeken we naar passende oplossingen.

## Heeft u een tip of een klacht?

Heeft u ideeën om het beleid van DrieGasthuizenGroep op het gebied van intimiteit en seksualiteit te verbeteren? Heeft u een klacht over hoe de organisatie u ondersteunt op het gebied van intimiteit en seksualiteit?

### U kunt hiervoor terecht bij de klachtenfunctionarissen:

**Harold Rox (DriegasthuizenGroep):**

06-53695952 of klachtenfunctionaris@driegasthuizengroep.nl

**Peter den Braber (Insula Dei Huize Kohlmann):**

06-48131871 of entjero@hotmail.com





# DrieGasthuizenGroep

Zorgzaam en gastvrij sinds 1246

DrieGasthuizenGroep zorgt al generaties lang voor mensen met een zorgvraag. Met een compleet dienstenpakket staan we dag en nacht klaar voor onze cliënten, thuis of in één van onze woonzorgcentra. We zijn gedreven om er op alle fronten voor te zorgen dat cliënten zo zelfstandig en prettig mogelijk kunnen leven en wonen. In gezelschap van anderen en in een vertrouwde en veilige omgeving.

DrieGasthuizenGroep is zorgzaam en gastvrij sinds 1246 en tot op de dag van vandaag een begrip in de Arnhemse samenleving. DrieGasthuizenGroep bestaat uit: gastvrije woonzorgcentra voor langdurig en kortdurend verblijf, zorgvriendelijke appartementen, Thuiszorg Groot Gelre en Extra Services. Daarnaast biedt DrieGasthuizenGroep expertise, advies en behandeling vanuit ParaGo.

## DrieGasthuizenGroep

KlantContactCentrum

Rijnstraat 71

6811 EZ Arnhem

(026) 354 94 15

klantcontactcentrum@driegasthuizengroep.nl

www.driegasthuizengroep.nl

Via [www.zorgkaartnederland.nl](http://www.zorgkaartnederland.nl)  
kunt u een waardering plaatsen



**Zorgkaart  
Nederland**

Patiëntenfederatie Nederland