

# Hartaandoening en seksualiteit

Een hartaandoening heeft vaak gevolgen voor de kwaliteit van leven. Seksualiteit is daar een belangrijk deel van. De eerste tijd na een hartinfarct bijvoorbeeld heeft u waarschijnlijk nog niet zoveel belangstelling voor seks. U voelt zich nog niet optimaal en heeft veel aan uw hoofd. Het is dan heel begrijpelijk dat de zin in seks minder aanwezig is. Vaak komen de zin en het plezier in seks gaandeweg terug, maar dat is niet altijd zo. Soms blijven er problemen en zorgen op het gebied van seksualiteit en daardoor ook op het gebied van intimiteit bestaan.

## **Onzekerheid**

Onzekerheid en angst kunnen herstel van het seksueel functioneren belemmeren. Er kunnen zorgen bestaan over of het hebben van seks kwaad kan. Seks is tenslotte een inspanning en inspanning kan tot pijn op de borst leiden. De inspanning kan ook angst oproepen door een snellere ademhaling of door hartkloppingen.

## **Medicatie**

Naast onzekerheid rond inspanning en seks, kunnen medicijnen die u gebruikt voor uw hartaandoening seksuele bijwerkingen hebben. Bekende bijwerkingen zijn verminderd seksueel verlangen en erectieprobleem. Als u last heeft van bijwerkingen, is het advies dit met uw arts of verpleegkundig specialist te bespreken. Soms is het mogelijk de medicatie aan te passen. Ook kan bij mannen erectie bevorderende medicatie worden overwogen. Deze medicatie kan echter niet in combinatie met bepaalde hartmedicatie worden gebruikt.

Het is daarom belangrijk dit altijd eerst met uw arts te overleggen.

## **Een gesprek met de uroloog/seksuoloog**

Misschien heeft u uw seksuele problemen al kenbaar gemaakt aan uw cardioloog en zijn er al medicijnen aangepast, maar zijn uw klachten niet verminderd. In dat geval kunt een gesprek aanvragen met een uroloog. Deze brengt de problemen in kaart en geeft adviezen over hoe de seksuele relatie weer opgepakt kan worden. Er wordt vervolgens ook naar een behandeling van de problemen gezocht.

## **Hulp**

Wanneer u behoefte heeft aan een gesprek en eventueel een behandeling, kan uw cardioloog u naar de polikliniek Urologie verwijzen.

## **Meer informatie**

Voor meer informatie over seksualiteit, intimiteit en relaties bij ziekte verwijzen wij u naar de website van de Stichting Sick and Sex: [www.sickandsex.nl](http://www.sickandsex.nl)