

Seks op het spreekuur, schuw het

Seksualiteit is belangrijk in het leven. Dat geldt voor jong en oud, voor gezonde mensen en mensen met chronische aandoeningen. Is er voldoende aandacht voor seksuele aandoeningen en seksuele gezondheid in de eerstelijnszorg? Patiënten, maar ook huisartsen, doktersassistenten en POH's, vinden het soms moeilijk om erover te praten. Dat zouden ze wel moeten doen. Sterker nog: het zou routine moeten zijn in de spreekkamer. Jan van Bergen zet op allerlei manieren zijn expertise in om daarbij te helpen.

Van Bergen is huisarts bij Gezondheidscentrum Venserpolder in Amsterdam Zuidoost en bijzonder hoogleraar hiv en soa in de eerste lijn aan de faculteit Geneeskunde van de Universiteit van Amsterdam (AMC/UvA). Daarnaast is hij programmaleider bij Soa Aids Nederland en voorzitter van de expertgroep van huisartsen voor seksuele gezondheid (seksHAG, zie kader). “Er is nog heel wat te verbeteren als het gaat om het bespreekbaar maken van seksualiteit”, zegt Jan van Bergen. “Als je dat niet doet, dan is goede diagnostiek, behandeling en counseling niet mogelijk. Net als bij veel andere onderwerpen is de basis LSD: luisteren, samenvatten en doorvragen. En dan gaat het ook om het stellen van de juiste vragen. Als iemand voor een soa-test komt, vraag dan door

over seksueel risicogedrag. En dan niet: ‘ben je homoseksueel?’, maar vraag: ‘heb je ook weleens seks met mannen?’. Zo’n vraag levert veel meer informatie op.” Want vaak wordt bij mannen alleen de urine onderzocht, terwijl de meeste soa bij MSM (mannen die seks hebben met mannen) anaal zitten.

Goed doorvragen en de juiste diagnose stellen kan over- en onderbehandeling voorkomen. Als voorbeeld geeft Van Bergen een patiënt die op consult komt met anale klachten. “Zo iemand wordt vaak doorverwezen naar de maag-darm-lever-arts. Maar als het een symptoom van gonorrhoe is bijvoorbeeld, dan kan de huisarts dat heel goed behandelen.” Bij hiv speelt weer iets anders, daar wordt te weinig getest. “Te veel mensen



zijn er nog onbekend mee. Meer dan de helft van de hiv-patiënten komt te laat in de zorg.”

Lovecoaches

De problematiek van seksuele gezondheid speelt meer in multiculturele achterstandswijken als Amsterdam Zuidoost, zo legt Van Bergen uit. Al in 2000 vonden ze een antwoord op die problematiek. In Gezondheidscentrum Venserpolder startte het project ‘Better Safe Than Sorry’, ook wel bekend als het BSS-spreekuur. Het kreeg in 2016 de innovatieprijs van de GAZO: de Amsterdamse Gezondheidscentra Zuidoost. Jan van Bergen: “Getrainde doktersassistenten en POH's werden zogenaamde ‘lovecoaches’, die aparte jongerensprekuren houden. Vergelijk het met het COPD- of diabetesspreekuur. Het voordeel is dat ze zo veel meer tijd hebben voor de LSD-methodiek. Bovendien zijn zij doorgaans jonger dan huisartsen, waardoor de drempel lager is.” Met het project, dat inmiddels is ingevoerd in meerdere

SeksHAG

De Huisarts Advies Groep Seksuele Gezondheid, kortweg seksHAG, bestaat als Expertgroep soa, hiv en seksualiteit sinds 2009. De seksHAG kwam voort uit twee bestaande organisaties, namelijk de huisarts-soa/hiv-consulenten en de Stichting ter bevordering van de Seksuologie in de Huisartsenpraktijk. Beide zijn sinds de jaren negentig actief. De seksHAG is de eerste NHG-expertgroep in Nederland. Onder Seksuele gezondheid vallen soa, hiv en seksuele problemen. De expertgroep geeft gevraagd en ongevraagd advies, biedt scholing, doet onderzoek en is betrokken bij het opstellen van richtlijnen en de implementatie daarvan.

Kijk voor meer informatie op www.sekshag.nl.

niet



gezondheidscentra, wordt gekozen voor een multidisciplinaire en wijkgerichte aanpak. Er is goede samenwerking met de GGD, ook in het geven van voorlichting op scholen, in kerken en voor de lokale radio. De zorgverzekeraars hebben zich inmiddels ook geïnteresseerd getoond, mede vanwege de wijkgerichte aanpak.

Richtlijnen

Veel zaken op het gebied van seksuele gezondheid zijn nu vastgelegd in de NHG-Standaarden 'Soa-consult' en 'Seksuele Klachten'. Die laatste standaard is in november 2015 verschenen. In beide richtlijnen werkte de seksHAG nadrukkelijk mee. Om te voorkomen dat het geen papieren tijger blijft, werkt de seksHAG hard aan de implementatie in de praktijk, zo vertelt Jan van Bergen. Dus werkte hij ook mee aan de ontwikkeling van digitale nascholing voor het Programma Individuele Nascholing (e-PIN) van het NHG, waarmee huisartsen accreditatiepunten kunnen

behalen. Van Bergen: "We werken niet met tekst, maar met filmpjes. Zo ervaren de deelnemers beter waarmee ze geconfronteerd kunnen worden en hoe ze daarmee kunnen omgaan." Filmpjes in plaats van tekst, het werkt ook beter voor patiënten, zo constateert Van Bergen. "In plaats van de spreekkamer vol foldertjes te stapelen, kun je ze beter wijzen op www.thuisarts.nl. Daar is veel betrouwbare informatie te vinden, inclusief filmpjes."

Er zijn meer manieren waarop de nieuwe richtlijn onder de collega's wordt gecommuniceerd, vertelt Van Bergen. Er worden door de seksHAG-leden regionale nascholingen georganiseerd en het landelijke NHG-congres in 2015 had het

Jan van Bergen: "Het gaat niet alleen om ziekte en preventie van aandoeningen, het gaat ook om het positieve verhaal: het hebben van prettige seks"

thema 'Onder belicht, urogynaecologie en seksuele gezondheid in de spotlights'. Het was voor het eerst dat seksualiteit zo nadrukkelijk in de aandacht stond. "De seksHAG was nauw betrokken bij de organisatie en uitvoering van de plenaire sessies en de workshops. Daarin konden we goed duidelijk maken hoe de richtlijn verder in praktijk kan worden gebracht", vertelt Van Bergen. "Het congres had 2250 bezoekers. Daarmee was dit het grootste NHG-congres tot nu toe en het scoorde ook het hoogste bij de beoordelingen."

Het zal misschien nog jaren duren voordat huisartsen helemaal anders werken, als het gaat om seksualiteit, maar de noodzaak wordt gevoeld. "Toch gaat het niet alleen om ziekte en preventie van aandoeningen, het gaat ook om het positieve verhaal: het hebben van prettige seks", zo stelt de bijzonder hoogleraar tot slot. "Daar geven we graag veel aandacht aan." <<

Tekst: Leendert Douma

Foto: Jeroen Oerlemans

"Meer dan de helft van de hiv-patiënten komt te laat in de zorg"