

Verslag Alzheimer Café Tilburg 14 oktober 2025

Thema: Veranderende relaties bij dementie

Door dementie kan de relatie met je partner veranderen. Dit kan ook van invloed zijn op de manier waarop je intiem bent met elkaar. De veranderende relatie kan het moeilijk maken om intiem te zijn maar het kan ook juist tot meer toenadering leiden. Soms ontstaan er situaties waar je geen raad mee weet. Praten over intimiteit en seksualiteit is vaak lastig, maar wel belangrijk. Daarom willen wij vanavond stilstaan bij dit onderwerp en gaan we hierover in gesprek Flora Gossink, psychiater en seksuoloog.

Laura Hoeksema interviewt Flora Gossink die zich aan de aanwezigen voorstelt. In haar praktijk heeft Flora te maken met mensen van alle leeftijden. Over het algemeen kun je stellen dat er een verschuiving is in de beleving van intimiteit en seksualiteit naarmate de leeftijd vordert. Naarmate men ouder wordt, is men minder gericht op lust/seksualiteit en meer op intimiteit, liefde en verbinding. De nadruk komt meer te liggen op het maken van verbinding, het samen delen.

Door dementie kan de relatie met je partner veranderen. Dat geldt ook voor de wijze waarop je intiem bent met elkaar. Het is soms even zoeken naar een nieuwe manier. Er voor elkaar zijn, elkaar aanraken is belangrijk.

Initiatiefverlies is een belangrijk thema bij mensen met dementie; dat er geen of minder behoefte is aan seks, dat men er soms zelfs bang voor is. Maar het komt ook voor dat de persoon met dementie dwingend en eisend is, ongeremd is of minder oog heeft voor de gevoelens en behoeften van de partner.

De partner kan zich afgewezen voelen of schuldig, je voelt je ongemakkelijk over het veranderende gedrag van je levensgezel. Het is belangrijk te blijven beseffen dat dementie een ziekte is, het hoeft de liefde voor elkaar niet in de weg te staan. Elkaar aanraken, er over praten, hulp zoeken als dat de situatie kan verbeteren zijn mogelijkheden die men niet uit de weg moet gaan.

Er is geleidelijk aan ook sprake van een rolverandering als geliefde en partner. De een zal er geen moeite mee hebben om de partner te helpen met wassen en aankleden, de ander juist wel. Het is heel goed om daarin zelf je grenzen aan te geven en indien nodig de hulp van een professional in te schakelen. Het is belangrijk dat er voldoende tijd en ruimte is om samen de gezelligheid te blijven opzoeken, activiteiten die zorgen voor verbinding.

Als je partner met dementie geen initiatief meer toont, zou je zelf meer toenadering kunnen zoeken. Maar ook hierin geldt dat je de grenzen van de ander blijft respecteren. Seks is meer dan lichamelijke bevrediging; het omvat emotionele intimiteit, communicatie, verbinding en wederzijds vertrouwen. Knuffelen en strelen zijn daarbij belangrijk.

Schroom ook niet het onderwerp te bespreken met je huisarts of casemanager.

Dementie kan er toe leiden dat mensen minder geremd worden en hun gevoelens en verlangens openlijk uiten, ook op het gebied van intimiteit en seksualiteit. Dit zien we bijvoorbeeld in het verpleeghuis of in de dagopvang waar mensen contact zoeken en waar soms nieuwe verliefdheden lijken te ontstaan. Dit kan kwetsend zijn voor de partner of andere familieleden. Het omgaan met dit gedrag vraagt begrip, grenzen stellen en ondersteuning voor zowel de persoon met dementie als de omgeving.

Wanneer er sprake is van opname in een woonzorglocatie worden partners vaak abrupt van elkaar gescheiden. Dit heeft behoorlijke impact op de onderlinge relatie. Intimiteit en seksualiteit blijven fundamentele behoeften en verdienen zeker aandacht als men niet meer bij elkaar woont. Het blijft een lastig onderwerp voor verzorgend en medisch personeel. Vaak wordt dit in het intakegesprek aan de orde gesteld. Maak het anders zelf bespreekbaar en zoek met elkaar naar mogelijkheden om intimiteit en privacy te waarborgen.

Na de pauze is er gelegenheid tot het stellen van vragen:

- Wat heeft het voor gevolgen als een bewoner een 'relatie' krijgt met een medebewoner?
Blijf beseffen dat dementie een ziekte is, dat de nieuwe situatie niet in de plaats komt van de liefde tussen de levensgezellen. Het is niet met elkaar te vergelijken.
- Werkt intimiteit en seksualiteit remmend op het dementieproces?
Daar zijn geen aanwijzingen voor, dat is niet onderzocht.
- Is er in woonzorgvoorzieningen altijd voldoende ruimte voor intimiteit en privacy tussen de partners?
Daar mag je wel van uitgaan; maar ook hier geldt: maak het bespreekbaar!
- Als mensen hulp nodig hebben op het gebied van seksualiteit en intimiteit, bij wie kunnen ze dan terecht?
Bespreek het in eerst instantie met je huisarts of casemanager. Maak een afspraak met een seksuoloog, daarvoor heb je geen verwijzing nodig. Deze zorg wordt niet vergoed. Bij een afspraak volgt een intakegesprek, een screeningsgesprek zodat men een passende match kan maken. Doorgaans volgen daarna 4 tot 8 gesprekken. Het is belangrijk om het onderwerp bespreekbaar te maken. Soms leidt het tot berusting in de situatie dat het contact niet meer zo kan zijn als het vroeger was.
- Wat wordt verstaan onder sekszorg?
Seks zorg is er voor mensen van alle leeftijden. Bij deze vorm van hulpverlening biedt een speciale seksverzorgende de intimiteit waar de persoon behoefte aan heeft; denk aan knuffelen, strelen, masseren, samen douchen of seksuele handelingen. Seks zorg verloopt via bemiddelingsbureaus; bekend zijn Fleks zorg en Snoezel zorg. Als de persoon met dementie heel veel behoefte heeft aan seks en het de grenzen van de partner te boven gaat, mag je dit benoemen en aangeven. Overigens kan de behoefte er ook zijn bij de partner. Seks zorg is ook mogelijk voor mensen zonder partner, bij wie de spanning erg opgebouwd wordt als er niet tegemoet gekomen wordt aan de behoefte.

Onder dankzegging aan Flora Gossink wordt de avond afgesloten.

Dinsdag 11 november is er weer een Alzheimer Café.

Het thema is dan: Als thuis wonen niet meer gaat.

Uiteraard bent u allen weer van harte welkom.