



Denk aan het milieu. Denk na voor je print!

Waarom vrouwen interesse in seks verliezen



Bij heel wat vrouwen eisen hormoonveranderingen, stress, relatieproblemen, menopauze en andere problemen hun tol in bed. Een verminderd seksuele verlangen is de meest voorkomende vorm van seksproblemen bij vrouwen op alle leeftijden. Een recente studie toonde aan dat bijna een derde van de vrouwen tussen 18 en 59 jaar lijden aan een verminderde interesse in seks.

Mannen en vrouwen

Ondanks het feit dat vrouwen meer klagen over seksuele problemen dan mannen, wordt er minder onderzoek gevoerd naar de behandeling van vrouwelijke seksuele problemen. Maar sinds de komst van Viagra, krijgen deze problemen wel steeds meer aandacht.

Frequentie

In tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, zeggen experts dat de frequentie van je vrijpartijen niet te maken hebben met een bevredigd seksleven. Er is geen standaard of normale frequentie bij seks. Een verminderde interesse in seksueel verlangen is meer dan een verminderde frequentie. Het is ook niet abnormaal dat dit met de jaren vermindert. Maar zolang jij en je partner je er goed bij voelen, hoeft er geen probleem te zijn. Je seksleven bestaat ook uit meer dan de werkelijke seks, het houdt ook seksuele gedachten, erotische fantasieën of dagdromen in. Wanneer een vrouw duidelijk minder interesse heeft in seks en als dat een effect heeft op haar leven en relatieproblemen veroorzaakt, wordt het een probleem dat aangepakt moet worden.

Complex

Bij vrouwen zijn seksproblemen vaak complexer dan bij mannen, bij hen is het helaas niet zo dat het nemen van een pilletje alle problemen oplost. Om ze juist te behandelen, moet je rekening houden met verschillende aspecten die aan de basis van het probleem kunnen liggen. Vaak werkt een combinatie van behandelingen het beste. Eens de oorzaak van het probleem

is blootgelegd, kunnen de verschillende behandelingen gestart worden.

Oorzaken

Relatieproblemen: Je kunt wel zin hebben in seks, maar als je bijvoorbeeld boos bent op je partner zul je het bijvoorbeeld niet doen. Maar ook als je partner niet voldoet aan je verwachtingen in bed, je je emotioneel niet meer verbonden voelt met je partner of je hebt net de geboorte van een kind achter de rug, kan dit ervoor zorgen dat je minder zin hebt in seks. Dit soort problemen kun je oplossen door seks- of relatietherapie. Want seksuele problemen hebben invloed op beide partijen in een relatie. Ze moeten samen of alleen besproken worden met een professionele begeleider.

Socio-culturele invloeden: Stress op het werk, je omgeving die druk op je uitoefent of zelfs de media kunnen je seksleven negatief beïnvloeden.

Testosteron: Een laag testosterongehalte kan de seksuele drift bij zowel vrouwen als mannen beïnvloeden. Het niveau van testosteron piekt bij een vrouw rond haar twintigste en neemt geleidelijk af tot de menopauze. Daarna daalt het niveau van dit hormoon dramatisch.

Medicijnen: Antidepressiva, bloeddrukverlagers of anticonceptiepillen kunnen de seksuele drift op verschillende manieren verminderen. Als dit de oorzaak van het probleem is, kan een alternatieve behandeling helpen.

Medische problemen: Bij sommige problemen kunnen bepaalde medicijnen helpen, zo zorgen vaginale oestrogenen ervoor dat een vrouw na de menopauze makkelijker vochtig wordt. Bij bepaalde medische aandoeningen als endometriose kan een operatie baten. (ep)

18/08/08 14u43

18/08/08 14u43

De Persgroep Publishing. Alle rechten voorbehouden.