

VRAAG EN ANTWOORD

Marijke Ijff



Vragen over seks

Heeft u een vraag aan seksuologe Marijke Ijff. Stuur hem naar Ijff@apneuvereniging.nl. Wij zullen de vraag geanonimiseerd opnemen in dit magazine. Wij nodigen u uit, dus voel u vrij...

Lustpillen voor vrouwen?

In het vorige Apneumagazine gaf u informatie over de sekspillen voor mannen. Ik ben een vrouw van 45, met slaapapneu en sinds drie jaar een cpap. Mijn AHI is nu onder de 5, in het algemeen voel ik me een stuk beter. Ik ben verder gezond. Toch ik heb veel minder zin in vrijen dan mijn man. Ik vind vrijen wel fijn... Kunt u iets zeggen over de 'lustpil voor vrouwen' waarover de media een tijdje geleden berichtten? Volgens mijn huisarts zijn die pillen niet op de markt en zullen ze niet voor iedereen geschikt zijn.

Simone

Uw huisarts heeft gelijk. Die 'lustpillen' zijn niet voor 2016 op de markt, als ze tenminste goedgekeurd worden. Het gaat om twee soorten pillen. Eén is een viagra-achtige pil met testosteron, het mannelijk hormoon, dat ook vrouwen aanmaken via eierstokken en bijniere. Twee is een testosteronpil met een serotonine 'doder' (serotonine remt het seksuele systeem in de hersenen).

Over nut en mogelijkheden van de pillen wordt door wetenschappers, waaronder seksuologen, flink gediscussieerd. Daarbij komt veel twijfel naar voren. Wat de media niet melden: de pillen zijn bedoeld voor vrouwen die door lichamelijke aandoeningen een tekort aan testosteron hebben en daardoor niet reageren op seksuele stimulatie, terwijl ze dat wel zouden willen. Het gaat dan met name om aandoeningen en/of behandelingen waarbij de eierstokken en bijniere niet meer doen wat ze moeten doen.



Vrouwen verschillen bovendien in hun gevoeligheid voor testosteron. Een tekort aan testosteron leidt tot veel meer klachten dan verminderde seksuele zin. Een arts kan op grond van diverse symptomen bepalen of een testosterontest nuttig is bij man of vrouw. Een gezonde vrouw heeft, net als een gezonde man, niets aan testosteron toevoeging. Wanneer er werkelijk een tekort is dat wordt aangevuld met pillen, blijft het natuurlijk nodig dat de vrouw op een voor haar prettige manier seksueel geprikkeld wordt. Zowel haar lichaam als haar gedachten. Zowel bij solo als samen vrijen. Dit geldt voor mannen net zo.

Tijd, rust in lichaam en hoofd, goede stemming en aandacht voor elkaar zijn belangrijke factoren om tot zin in vrijen te kunnen komen. In het Apneumagazine van maart 2013 zeg ik wat meer over de 'benodigdheden' voor seksueel verlangen.

Verdere info vindt u via www.seksualiteit.nl, bijvoorbeeld op www.seksualiteit.nl/verschil_in_zin_met_je_partner_291.html.

In verband met de anonimiteit zijn de naam en enkele gegevens van vraagstelster veranderd.

Zij: Ik merk wel dat je wil vrijen, maar ik heb geen zin.

Hij: Dan neem je toch zo'n pil?

Zij: Maar ik heb geen zin om zin te krijgen! Als je me nou eens zou verleiden net als vroeger...