



**Dick Trubendorffer**  
Is: directeur bij GGZ Trubendorffer



**Klaartje Schepers**  
Is: onderzoeker en psycholoog i.o. tot GZ-psycholoog, werkzaam bij GGZ Trubendorffer  
Vinden dat: vrouwen net als mannen kunnen kampen met seksverslavingsproblematiek en dat hier onvoldoende aandacht voor is.  
Contactinformatie: klaartje@trubendorffer.nl

# Seksverslaving is (g)een mannending

Een officiële diagnose voor seksverslaving in de DSM-5, en bijgevolg vergoeding van de behandeling, is er niet gekomen. De discussie die hieraan voorafging, heeft echter wel de nodige aandacht gevestigd op psychische aandoeningen die gepaard gaan met ernstige seksuele *acting out*. Onderzoek naar seksverslaving neemt toe en ook de seksverslaafde zelf weet steeds beter de weg naar de hulverlening te vinden. De mannelijke seksverslaafde, welteverstaan. Maar waar blijven de vrouwen die kampen met seksueel probleemgedrag? Dat hun aanmeldingen voor deze specifieke problematiek achterblijven op die van mannen kan wijzen op een lagere prevalentie, of is er meer aan de hand?

Seksuele *acting out* onder vrouwen is nog relatief weinig onderzocht. Het meest recente onderzoek in Nederland naar seksuele gezondheid dateert uit 2011 en is uitgevoerd door Rutgers Kenniscentrum Seksualiteit. Hoewel er niet naar excessief en oncontroleerbaar seksueel gedrag in termen van seksverslaving gevraagd is, rapporteert van de ruim 4.000 vrouwen 22 procent minstens een paar keer per week seks te hebben; 8,8 procent minstens een paar keer week te masturberen en 0,4 procent porno te kijken. Verder rapporteert 4 procent zich schuldig te voelen over het seksuele gedrag. Uit een recent internationaal surveyonderzoek van VictoriaMilan.nl, een datingwebsite voor gebonden mannen en vrouwen die een affaire zoeken, blijkt dat 21 procent van hun vrouwelijke Nederlandse leden zichzelf een 'nymfomaan' noemt op basis van het hebben van een hoge seksuele *drive*.

Deze zelfevaluatie houdt niet automatisch in dat er sprake is van een seksverslaving, maar het is aannemelijk dat voor een percentage van deze vrouwen het hebben van een hoge seksuele *drive* gepaard gaat met psychische klachten en/of disfunctioneren op verschillende levensgebieden. Vrouwen zoeken echter zelden hulp voor een seksverslaving. Het grote stigma dat op vrouwen rust als het om seksuele *acting out* gaat, wordt hiervoor als voornaamste reden genoemd. De individuele, sociale en culturele barrières voor seksverslaafde vrouwen om hulp te zoeken, liggen nog hoger dan voor mannen. En daar waar mannen zich bij de huisarts of een verslavingskliniek aanmelden met hun seksuele probleemgedrag, zal een vrouw zich eerder aanmelden met trauma, relatie-

hechtingsproblematiek, waardoor de (hyper)seksuele component onderbelicht of zelfs onbehandeld blijft.

Om in Nederland meer aandacht te krijgen voor seksverslaving in het algemeen en voor vrouwen met deze vorm van verslaving in het bijzonder, is er in eerste instantie het juiste onderzoek nodig. De nieuwe *Monitor Seksuele Gezondheid* van Rutgers Kenniscentrum Seksualiteit verschijnt **in 2017** en is gebaseerd op data uit 2016. Het is echter de vraag of in dit onderzoek de prevalentie van seksverslaving beter in kaart gebracht wordt dan in voorgaande monitors, omdat seksverslaving onder vrouwen zowel klinisch als academisch nog steeds onderbelicht is. Bedachtzaamheid van de clinicus is dan ook gewenst. De klachten die genoemd worden door seksverslaafden in een grootschalig longitudinaal onderzoek zijn vergelijkbaar met de DSM-criteria voor een middelenverslaving. Denk hierbij aan gedragskenmerken als herhaaldelijk falen om weerstand te bieden tegen de impuls tot specifiek seksueel gedrag, het seksuele gedrag vaker, meer en langer vertonen dan het plan is en/of een aanhoudend verlangen of mislukte pogingen om te stoppen, te minderen of controle te krijgen over het gedrag. Het verkrijgen van de seks of seksuele prikkels en het herstel van het seksuele gedrag vergen veel tijd. Door de preoccupatie met het gedrag of de voorbereidende activiteiten schiet de seksverslaafde tekort op diverse andere gebieden zoals werk, studie, thuis of in relaties. De seksverslaafde ervaart spanningen, angst, rusteloosheid en/of prikkelbaarheid wanneer het niet mogelijk is om het seksuele gedrag uit te voeren.

De prevalentie van seksverslaving bij vrouwen zal lager zijn dan bij mannen. Maar dat er bij vrouwen onder de eerdergenoemde psychische problemen als trauma, relatie- of hechtingsproblematiek lijdensdruk verscholen kan gaan door seksuele *acting out*, verdient meer oplettendheid vanuit de klinische praktijk. Beschouw dwangmatig seksueel probleemgedrag bij vrouwen niet langer als bijzaak of als iets wat wel overgaat. Geef het de aandacht binnen de behandeling die de problematiek verdient! ←