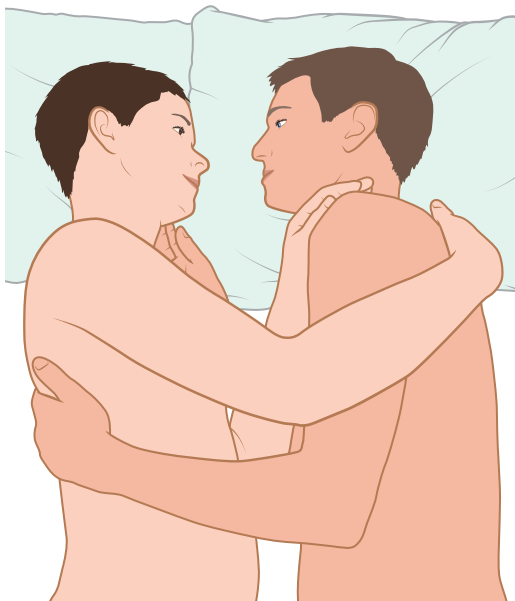
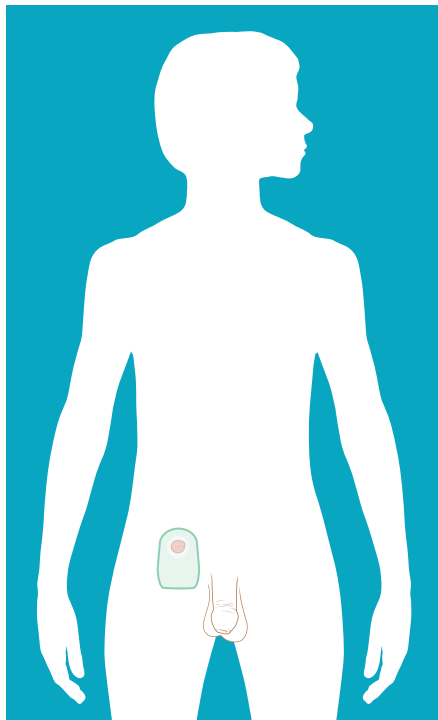


Seksualiteit en een stoma - man



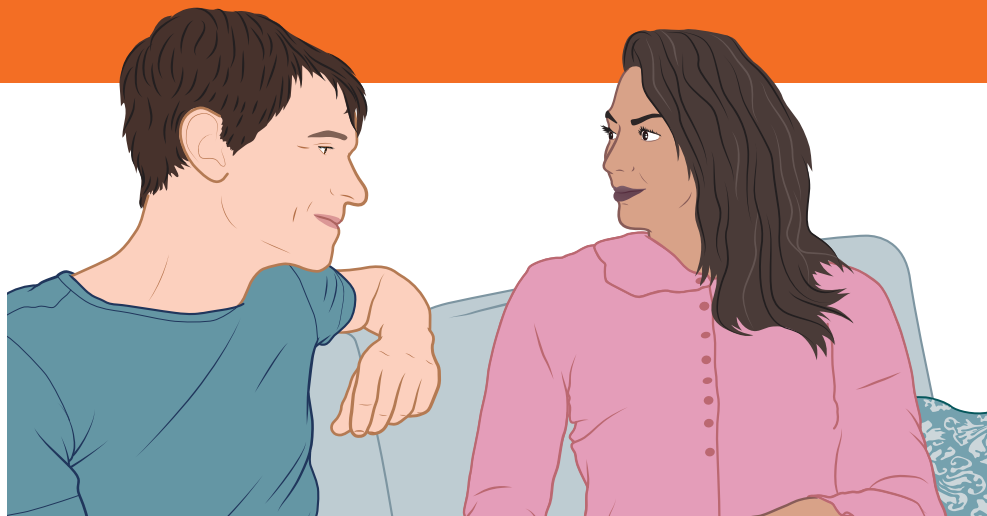
Het krijgen van een stoma kan je seksleven veranderen.

Sommige mannen hebben last van:

- Geen zin om te vrijen
- Te moe om te vrijen
- Schaamte voor hun lichaam of voor hun stoma
- De penis wordt niet meer stijf of minder stijf
- Geen zaadlozing meer
- Het klaarkomen voelt anders
- Zich minder man voelen

Niet iedereen met een stoma heeft hier last van.

Als je er last van hebt, kan het ook weer weg gaan.



Deze dingen kunnen misschien helpen:

- Praat met je partner.
Vertel wat je fijn vindt en wat niet.
- Neem rustig de tijd om opgewonden te raken.
- Probeer andere standjes met elkaar.
- Kijk naar een film met seks.
- Doe een nieuw stomazakje op je buik voordat je gaat vrijen.
- Gebruik een mooie hoes voor je stomazakje.
- Soms kan knuffelen ook genoeg zijn.

Heb je problemen met seks?

Praat erover met je dokter of stomaverpleegkundige.

Zij zijn gewend om over seks te praten.

Zij kunnen advies geven.

Heb je vragen? Heb je zorgen? Of heb je problemen?

Praat erover met je stomaverpleegkundige.

Of neem contact op met de Stomavereniging:

Telefoon Stomavereniging: 030-364 3910

Website Stomavereniging: www.stomawegwijzer.nl

stoma
vereniging