

RELATIES & INTIMITEIT

Leven met een huidaandoening

Een huidaandoening kan invloed hebben op hoe je nabijheid, aanraking en seksualiteit ervaart. Open communicatie en begrip kunnen helpen om samen te zoeken naar wat wél prettig is.



VERBINDING & JOUW HUID

LEVEN MET EEN HUIDAANDOENING KAN INVLOED HEBBEN OP HOE JE JE VOELT IN CONTACT MET ANDEREN.

WAAROM IS DIT BELANGRIJK?

Een huidaandoening kan invloed hebben op:

- Aanraking
- Intimiteit
- Zelfvertrouwen
- Relaties
- Seksualiteit

Dat is heel normaal en komt vaker voor dan veel mensen denken.

WATGEBEURT ER?

JEUK, PIJN, WONDJES, LITTEKENS OF ONZEKERHEID KUNNEN ERVOOR ZORGEN DAT JE:

- LICHAAMELIJK CONTACT VERMIJDT
- MINDER ZIN HEBT IN INTIMITEIT
- BANG BENT VOOR AFWIJZING
- MOEILIJKER KUNT ONTSPANNEN
- JE PARTNER JE KLACHTEN NIET ALTIJD BEGRIJPT

Iedereen ervaart dit op zijn of haar eigen manier.

JE GAAT DATEN OF BEGINT EEN NIEUWE RELATIE?

→ JE BEPAALT ZELF WANNEER EN HOEVEEL JE VERTELT OVER JE HUIDAANDOENING. ER IS GEEN GOED OF FOUT MOMENT. KIES WAT VOOR JOU PRETTIG VOELT.



WAT ALS...?

Je pijn of jeuk hebt bij aanraking?

→ Kijk samen wat wel prettig voelt. Kleine aanpassingen kunnen een groot verschil maken.

Je je schaamt voor je huid?

→ Veel mensen herkennen dit gevoel. Schaamte zegt niets over hoe een ander naar jou kijkt.

Je bang bent voor afwijzing?

→ Die angst is begrijpelijk. Openheid op jouw tempo kan helpen om elkaar beter te begrijpen.

Je partner helpt bij wondzorg of behandeling?

→ Dat kan de relatie veranderen. Blijf ook aandacht houden voor momenten waarop je gewoon partner bent.

ADVIES – WAT WERKT MEESTAL GOED?

- ✓ Praat met elkaar op een moment dat het rustig is
- ✓ Kijk samen naar wat wél prettig is
- ✓ Houd rekening met wisselende klachten
- ✓ Intimiteit is meer dan seksualiteit
- ✓ Vraag ondersteuning als klachten of onzekerheid jullie relatie blijven beïnvloeden

Lees hier verder over Huid & Verbinding



Deze productie is mede mogelijk gemaakt door de Coalitie Leefstijl in de Zorg en tot stand gekomen in samenwerking met de volgende patiëntenorganisaties:

Coalitie
Leefstijl in de Zorg

HUID
NEDERLAND

HPV
Huidaandoeningen
Foutloos Verloopt

PN

PN
Patiëntenvereniging
Nederland

debra
Nederland

Patiëntenplatform
Urticaria