

Verpleegkundigen seksuele gezondheid:

'Wij benaderen seksualiteit nu vanuit de positieve hoek'

Britt Poolman (25) en Gerrie Aalfs (58) werken beiden als verpleegkundigen seksuele gezondheid. Er is veel anders anno 2023. En toch ook weer niet. 'Je kunt met dit vak zoveel kanten op.'

Tekst:
Hellen Kooijman

Britt Poolman is sinds 2021 werkzaam als verpleegkundige seksuele gezondheid bij de GGD Twente

'Tijdens de eerste dagen van mijn baan bij de afdeling seksuele gezondheid mocht ik meekijken bij spreekuren. Toen dacht ik wel meteen van: oké, dit zijn wel directe vragen. Wat als ik dit straks alleen moet gaan doen. Dat is wel spannend. En soms zat ik ook met klapperende oren. Er kwamen begrippen voorbij waarvan ik dacht; waar hebben ze het over? Bijvoorbeeld in gesprekken bij homoseksuele mannen en de vormen van seksuele contact en het risico op soa's. Dan vroeg mijn collega: "Ben je top, bottom of versa?" Toen dacht ik wel: wat is dit? Maar na een tijd werd dit toch ook een soort van normaal.'

'Soms zat ik met klapperende oren in de spreekkamer'

'Ik heb nu al veel geleerd van mijn oudere collega's. Bij vragen op het gebied van seksuele disfuncties, bijvoorbeeld erectieproblemen of pijn bij het vrijen, dacht ik weleens: hoe pak ik dit aan? Maar al mijn oudere collega's hebben jaren ervaring. Dus het was heel fijn als ik bij hen vragen kon stellen hierover. Zo kwam er een jongen op het spreekuur met een vraag over erectieproblemen, niet bij het masturberen maar

wel als hij met een vrouw seks had. Ik wist daar niet goed een antwoord op. Toen heb ik mijn oudere collega erbij gevraagd en die gaf veel handvatten en tips. Toevallig zag ik die jongen later weer op een spreekuur. Hij vertelde dat zijn problemen er echt door verholpen waren.'

Nare seksuele ervaringen

'Tijdens de spreekuren zijn er nu nog maar weinig onderwerpen of vragen waar ik een collega bij haal. Ook niet bij meiden waarvan tijdens het gesprek blijkt dat ze seksueel geweld hebben meegemaakt of nare seksuele ervaringen. Vaak komt dit voor de eerste keer naar boven tijdens zo'n gesprek. In het begin vroeg ik daar dan een oudere collega bij van het Centrum Seksueel Geweld, waar ik nu zelf ook voor werk. Destijds dacht ik: ben ik hier niet te jong voor? Want ik kon mezelf voorstellen dat ik het ook fijn zou vinden als er tijdens zo'n gesprek een oudere vrouw tegenover mij zat. Maar ik weet nu dat sommige jonge meiden het juist fijn vinden als ze kunnen praten met iemand van hun leeftijd, iemand die weet hoe en wat.'

Seks in Twente

'Op hun beurt hebben oudere collega's denk ik ook echt wat aan mij. Op het gebied van preventie proberen we steeds meer jongeren te

bereiken. Via sociale media bijvoorbeeld. Daar hebben oudere collega's meestal minder ervaring mee. Vanuit ons team ben ik daar nu ingesprongen. We hebben een instagrampagina Seks in Twente. Daarop delen we heel veel informatie, rondom soa's en seks. Mensen kunnen ons volgen en vragen stellen. Onlangs kreeg ik de vraag van een meisje dat de pil was vergeten en vroeg of ze de morning after pil moest slikken. Zulke onderwerpen.'

'Sommige dingen zijn écht anders als je jong bent'

'Mijn oudere collega's zijn heel open minded. We kunnen het over alles hebben. Maar sommige dingen zijn echt wel anders als je jong bent. Ik woon in dezelfde stad als waar ik werk. En ik ga nog regelmatig uit. En ja, dan kom je weleens cliënten tegen. Daar houd ik wel rekening mee tijdens het spreekuur. Soms komt er iemand waarvan ik denk: ah, die ken ik van het uitgaan. Dan vraag ik aan de persoon zelf of hij zij het goed vindt als ik het gesprek doe. Zo niet, dan vraag ik een collega het te doen. En heel soms dan wil ik zelf niet weten wat de problemen zijn, dus dan vraag ik zelf of een collega deze persoon wil zien. En ja, kom ik in het uitgaansleven mensen tegen waarvan ik denk: he volgens mij ken ik jou ergens van. De reacties zijn heel verschillend: de een kijkt meteen weg als je oogcontact hebt - terwijl ik dan vaak niet meer weet wie het is. De ander zegt gewoon hallo. Hoe dan ook: ik ben professioneel genoeg om hier mee om te kunnen gaan.'

Intieme gesprekken

'Ik vind het echt een mooi vak. De intieme gesprekken die je hebt, het gevoel van vertrouwen dat je geeft in de spreekkamer en dat degene dan toch de vragen aan jou kunt stellen die deze persoon niet een, twee, drie bij de huisarts durft te stellen. En het verschil dat je kunt maken bij problemen en waar mensen vanwege de aard ervan toch langere tijd mee rond kunnen lopen. Kortom: na twee jaar vind ik het nog steeds heel fijn dat ik in dit vak terecht gekomen



Britt Poolman

ben. En ja, ik ga hier de komende tijd wel mee door. Maar ik weet niet of dit ook mijn eindstation is, waarschijnlijk niet, ik ben nu net begonnen bij het Centrum Seksueel Geweld en doe ook een nieuwe opleiding ASH: *Aanvullende Seksuele Hulpverlening*. Er zijn zoveel mogelijkheden in dit vak.

Britt Poolman (25)

Opleiding:

- Hbo-v, Saxion, Enschede (afgestudeerd 2020).

Werk in het verleden:

- Het Roessingh, Centrum voor revalidatie in in Enschede.

Werkt nu bij:

- GGD Twente (verpleegkundige seksuele gezondheid)
- Centrum Seksueel Geweld (casemanager, begonnen in Maart 2023).

Extra huidige scholing:

- ASH (Aanvullende Seksuele Hulpverlening), Amsterdam.

Gerrie Aalfs (58) werkt als verpleegkundige seksuele gezondheid/consulent seksuele gezondheid NVVS bij de GDD Drenthe

'Ik begon in 1990 als sociaal verpleegkundige. In 1983 werd het virus ontdekt wat hiv veroorzaakte. En daar was ons werk destijds ook op gericht: hoe kunnen cliënten zich beschermen tegen hiv en soa. hiv of aids zoals we het destijds nog noemden trof vooral mannen die seks hadden met mannen. In 1990 was ik 25. Mijn cliënten waren bijna altijd ouder en ik vond het in het begin wel lastig om over seksualiteit en hiv te communiceren. Tegelijkertijd vond ik het ook erg boeiend. Er kwam van alles bij kijken. Al waren de tijden wel heel anders. Sommige mannen die ik op mijn spreekuur had gesproken waren na vier jaar overleden. Ik herinner me nog

'Het is tijd voor mij om te vertrekken als collega's vinden dat ik blijf hangen in vroeger'

dat er een campagne was, van de bloemetjes en de bijtjes. Daarin zag je een bijtje dat dood neerviel nadat het van het bloemetje had gesnoept. Ofwel: alles was erop gericht om cliënten voor te lichten om zichzelf te beschermen en te voorkomen dat ze een soa of hiv kregen.'

'We zijn nu 33 jaar verder en er is heel veel veranderd. Hiv is een chronische aandoening en er is medicatie om hiv te voorkomen, PrEP. Vroeger verwezen we voor soa-testen naar dermatologie, nu doen we het grotendeels zelf via zelftesten. In 2001 moesten de Rutgershuizen (experts in seksualiteitshulpverlening) sluiten en deze taak kwam bij de GGD terecht. Dus bij mij en mijn collega's. Ons werk veranderde enorm. We kregen ineens vragen over anticonceptie, (onbedoelde) zwangerschap, identiteitsvragen, vragen rondom seksualiteit en seksueel geweld. Waren we voorheen soa/hiv-gericht toen ging het ineens meer over seksuele gezondheid in de breedte.'

Preventiekant

'Ook de preventiekant nam een enorme vlucht. Naast individuele preventie in de spreekkamer, richten we ons op collectieve preventie. We werken veel meer out-reachend. Zo blijkt uit onderzoek dat (onbedoelde) zwangerschappen onder mbo-leerlingen vaker voorkomen. Dan moet je ook daar zijn waar die jongeren zich bevinden, want die zie je niet op onze reguliere spreekuren. We begonnen daarom een spreekuur op een mbo-school in Drenthe, ontwikkelden webinars voor docenten in het basis- en voortgezet onderwijs, we geven voorlichting aan ISK schakelklassen, bij de gele weken op het mbo en er is de Bloosdoos in het basisonderwijs.'

'Wij benaderen seksualiteit nu meer vanuit de positieve hoek. Seksueel plezier is het sleutelwoord. Voorheen was dat bescherming. Niet het voorkomen van soa's of zwangerschap wordt benadrukt maar: heb je vragen over seksualiteit? Ervaar je seksueel plezier? En wat is hiervoor nodig?'

Fris element

'In ons team van vier verpleegkundigen, ben ik de oudste. De anderen zijn twintigers, dat vind ik superleuk. Zij voegen weer een fris element toe. Sociale media is niet helemaal mijn ding, maar mijn jongere collega's doen van alles met Instagram, Mentimeter, filmpjes, eHealth.'

'En ze denken vaak in nieuwe richtingen. Zo stonden wij laatst bij een regenboogfestival in Emmen. Ik zou denken een stand is ok. Maar mijn jongere collega's zoeken dan uit wat bij de

Gerrie Aalfs (58)

Opleiding:

- Hbo-v, Groningen (behaald 1988).

Werk:

- Twee jaar afdeling oncologie UMCG
- Vanaf 1990 werkzaam bij GGD Groningen en GGD Drenthe. Gestart met reizigersadvisering en soa/aids bestrijding, na 1 jaar alleen soa/aids bestrijding en later seksuele gezondheid.



Gerrie Aalfs

doelgroep past. Uiteindelijk stonden we er met een 'piemelbus', een bus waar je meteen onderzoek op locatie en Hepatitis B-vaccinaties kon doen. Dat werkte fantastisch.'

'Maar ik zie ook de voordelen van het ouder zijn. Doordat je meer ervaring hebt, kun je ook uit meer vaatjes tappen. Vroeger deed ik een gesprek volgens een vaste structuur. Dat gaf houvast. Maar doordat seksuele gezondheid nu zoveel breder is geworden praat ik met cliënten over allerlei onderwerpen. En kan ik ook vanuit andere gebieden expertise toevoegen. Ik weet nu beter dan toen ik pas begon dat seks biopsychosociaal (lichamelijke en mentale gezondheid, sociaal netwerk) is. Zo is het voor jongeren na de

'Nu is seksueel plezier het sleutelwoord. Voorheen was dat bescherming'

Coronatijd soms lastiger om seks te hebben of ervan te genieten. Omdat ze een belangrijke periode gemist hebben om sociale contacten aan te gaan en daardoor eenzaam zijn of soms depressieve gevoelens hebben.'

Wandelende encyclopedie

'Mijn jongere collega's geven aan dat ze vinden dat ik veel ervaring heb en een soort wandelende encyclopedie ben. Maar zij komen met frisse ideeën van de opleiding. Ze brengen nieuwe weetjes mee, een andere manier van werken. En "levelen" veel meer met jongeren omdat ze bijvoorbeeld naar dezelfde evenementen gaan.'

'De combinatie oud jong in ons team vind ik super'

Zo vindt er kruisbestuiving plaats. Kortom: de combinatie oud jong in ons team vind ik super.'

'Ik denk dat ik hier over vijf jaar nog steeds zit. Ik blijf leren en pak nieuwe dingen op. Ik ben nu bijvoorbeeld trainer Vlaggensysteem voor professionals om seksuele grensoverschrijding bespreekbaar te maken bij jongeren. En doe naast keuzehulpgesprekken bij (onbedoelde) zwangerschap, nu ook de psychosociale hulpverlening na een abortus. Bovendien ben ik lid van de ondernemingsraad geworden. Juist die nieuwe dingen, andere uitdagingen, vind ik inspirerend. Ik houd ervan om bij te blijven. Ik vertel mijn collega's altijd: Als jullie denken: "Gerrie blijft hangen in vroeger", zeg dat alsjeblieft. Want dan is het tijd voor mij om te vertrekken.' 🍷