Hartrevalidatie: intimiteit en seksualiteit

Hartaandoeningen kunnen veranderingen op vlak van seksualiteit of intimiteit met zich mee brengen. Als koppel kan het moeilijk zijn om hierover met elkaar te praten. Hebt u vragen of ondervindt u problemen aarzel dan zeker niet om de arts, psycholoog of sociaal werker hierover aan te spreken.

Misschien vraag je je af of je hart de inspanning wel aan kan. Seksuele activiteit leidt tot lichte verhogingen van de hartslag en bloeddruk. Over het algemeen is het veilig om het seksleven te hervatten.

- na stenting of ongecompliceerd myocardinfarct: 1 week
- na een hartoperatie : 8 weken

De algemene regel is: als u 2 trappen kunt oplopen zonder symptomen (pijn op de borst/kortademigheid), dan kunt u veilig seks hebben. Het is belangrijk om uw eigen tempo in acht te nemen.
Denkt u dat uw medicatie (bv. bètablokkers, antidepressiva...) problemen zoals erectiestoornissen en vaginale droogte veroorzaakt, vraag dan advies aan uw arts, mogelijk kan een ander merk of categorie van medicijnen een oplossing zijn. Ook angst, depressie, emoties en andere factoren kunnen de oorzaak zijn van deze problemen.

Medicijnen om uw seksuele prestaties te verbeteren kunnen een invloed hebben op uw bloeddruk, het is daarom raadzaam om contact op te nemen met uw arts voordat u deze geneesmiddelen gaat gebruiken.

Stop nooit op eigen initiatief met uw medicatie!!!

azdelta
Uw ziekenhuis.

Deze brochure is laatst aangepast op 13/08/2021 0520 6179-NL