

SEKSUALITEIT VAN OUDEREN: EEN LITERATUURSTUDIE^o

Jany Rademakers*

In dit artikel wordt verslag gedaan van een literatuurstudie naar seksualiteit van ouderen (vanaf 50 jaar). Opvallend is de lacune in wetenschappelijk onderzoek op dit gebied. De betekenis en beleving van seksualiteit door ouderen, kwalitatieve veranderingen op oudere leeftijd en de manier waarop daarmee wordt omgegaan, alsmede problemen en barrières die ouderen zelf op dit gebied ervaren, komen in onderzoek tot nog toe nauwelijks aan bod. Het huidige onderzoek toont aan dat er in het algemeen een afname is van seksuele activiteit op latere leeftijd. De individuele variatie is echter groot. De interesse voor seksualiteit lijkt niet af te nemen met het ouder worden. Enkele factoren die deze discrepantie tussen belangstelling en feitelijk gedrag verklaren worden besproken.

De Nederlandse samenleving vergrijsst. In Nederland is sprake van zowel een absolute als een relatieve groei van het aantal oudere mannen en vrouwen. Dit heeft geleid tot een grotere aandacht voor ouderen, commercieel, wetenschappelijk en beleidsmatig. Daarbij wordt vooral aandacht besteed aan de kwaliteit van het leven van ouderen en een positieve waardering van een beeldvorming rond ouderen (zie o.m. de Nota 'Ouderen in tel' 1990-1991, Voortgangsnota Ouderen in Tel 1992-1993).

In het licht van deze groeiende belangstelling is er een opvallende lacune waar het gaat om seksualiteit van ouderen. Zo is er in een omvangrijk leerboek over psychogerontologie geen woord te vinden over het seksuele leven van oudere mannen en vrouwen (Munnichs en Uildriks, 1990). In een ander - iets recenter - leerboek voor medische studenten vinden we twee paragrafen over seksualiteit en seksuele problemen van ouderen (Eulderink et al. 1993).

Het algemene onderliggende probleem dat zich hier voordoet is het ontbreken van adequaat wetenschappelijk onderzoek naar de seksualiteit van ouderen. Ter voorbereiding van een onderzoeksvoorstel op dit terrein is door de auteur een literatuurstudie verricht. In dit artikel worden de resultaten van die studie beschreven. Op enkele uitzonderingen na komt hoofdzakelijk onderzoeksliteratuur van na 1980 aan de orde. Als leeftijdscategorie is gekozen voor mannen en vrouwen van 50 jaar en ouder.

Overzicht van het bestaande onderzoek

In Nederland en België is nauwelijks onderzoek verricht naar seksualiteit van ouderen. Het enige representatieve materiaal hierover is afkomstig van de eerste twee 'Seks in Nederland'-onderzoeken (Dupuis e.a., 1969; Kooy e.a., 1983). In het meest recente 'Seks in Nederland'-onderzoek is in verband met andere onderzoeksvragen gekozen voor een bovengrens van 50

* Dr J. Rademakers, psychologe, is als programmaleider verbonden aan het Nederlands Instituut voor Sociaal Seksuologisch Onderzoek (NISSO), Da Costakade 45, 3521 VS Utrecht.
o Geaccepteerd voor publicatie 15 april 1994.

jaar, waardoor actueel cijfermateriaal over de oudere Nederlandse bevolking op dit moment ontbreekt (Van Zessen en Sandfort, 1991). Andere publicaties zijn gebaseerd op een zeer selectieve steekproef (De Bruyn, 1980) of geven een overzicht van buitenlandse studies (Slob, 1986, 1990). Het gebrek aan actuele representatieve Nederlandse data is des te spijtiger omdat er indicaties in het buitenland zijn dat de huidige cohorten ouderen seksueel actiever zijn dan de vorige (Janus en Janus, 1993). Of er in Nederland een gelijksoortige ontwikkeling plaatsvindt kunnen we op dit moment niet vaststellen.

In het buitenland, met name in de Verenigde Staten, zijn meer onderzoeken gedaan. De eerste bekende studies zijn die van Kinsey et al. (1948, 1953) en Masters en Johnson (1966). Maar ook de buitenlandse studies kenmerken zich door kleine niet-representatieve steekproeven, veel materiaal is gedateerd en er is een eenzijdige nadruk op fysiologische veranderingen en op het al dan niet voorkomen en de frequentie van eng-seksuele activiteiten (m.n. de coïtus). Deze kritiek komt unaniem terug in onderzoeksoverzichten (Slob, 1986, 1990; Baikie, 1984; Confort, 1980; Kennes, 1983; Ludeman, 1981; Marcoen, 1987; Bancroft, 1989; Herder en Van Dijk, 1993). Mannen zijn vaker bestudeerd dan vrouwen (Slob, 1990; White, 1982). Veel studies hebben betrekking op geriatrische patienten en geschieden dan in een medisch kader (Slob, 1990). De betekenis en beleving van seksualiteit door ouderen, kwalitatieve veranderingen op oudere leeftijd en de manier waarop daarmee wordt omgegaan, alsmede problemen en barrières die ouderen zelf op dit gebied ervaren komen in onderzoek tot nog toe nauwelijks aan bod. Vaak wordt een standaardbeeld van wat seks is (heteroseksuele coïtus, waarbij liefst beide partners een orgasme beleven) tot uitgangspunt genomen en wordt er nagegaan in hoeverre ouderen 'nog' in dat beeld passen.

Een ander punt van kritiek heeft betrekking op de gehanteerde onderzoeksmethoden. Marcoen (1987) somt in zijn overzicht een aantal -ook door andere auteurs naar voren gebrachte- bezwaren op: de betrouwbaarheid en validiteit van gebruikte vragenlijsten zijn vaak niet bekend, bovendien worden specifieke seksuele attitude- en interesseschalen gebruikt die voor jongeren waren ontwikkeld en die voor ouderen mogelijk niet of minder geschikt zijn. Verder kunnen sociale klasse- en generatieverschillen in woordgebruik voor misverstanden zorgen tussen de respondenten en de onderzoek(st)er/interview(st)er. De meest representatieve buitenlandse studies zijn van Hällström (1973), Hällström en Samuelsson (1990) en Martin (1977). Van het recent gepubliceerde Janus-rapport wordt gesuggereerd dat het representatief is, maar gegevens over de werving en selectie van respondenten zijn uiterst summier (Janus en Janus, 1993). Ook het onderzoek van Brecher is niet representatief maar levert veel belangrijke data door de grote steekproef (Brecher, 1984).

Seksueel gedrag

Het buitenlandse onderzoek globaal samenvattend kunnen we in het algemeen aannemen dat de frequentie van seksuele activiteit afneemt met het stijgen van de jaren (Martin, 1977; Hegeler en Mortensen, 1978). Slob (1990) geeft op grond van diverse onderzoeken de volgende cijfers: bij mannen is 84% van de vijftigers seksueel actief, 67% van de zestigers, 43% van de zeventigers en 16% van de 80-plussers. Bij vrouwen liggen deze percentages op respectievelijk 76% (51-60 jaar), 40% (61-70 jaar) en 7% (71-80 jaar). Over vrouwen van boven de 80 zijn geen onderzoeksgegevens beschikbaar.

Toch zijn er grote individuele verschillen: in een individuele levensloop hoeft de activiteit

zeker niet af te nemen maar kan deze ook gelijk blijven of zelfs stijgen (George en Weiler, 1981). Verschillende studies tonen aan dat de mate waarin de activiteit afneemt samenhangt met de mate van seksuele activiteit op jongere leeftijd: bij degenen die vroeger het meest actief waren was de afname op oudere leeftijd het kleinst (Martin, 1981; Bergström-Walan en Nielsen, 1990; Starr en Weiner, 1981). Het ligt voor de hand dat ook de kwaliteit van de relatie met de partner in eerdere levensfasen van invloed zal zijn op het huidige seksueel functioneren (b.v. de mate van intimiteit tussen partners, het al dan niet verwezenlijkt zijn van verwachtingen, de mate waarin de aanpassing aan nieuwe rollen tot tevredenheid gelukt is e.d.). Indicaties daarvoor vinden we wel in de klinische praktijk, er zijn echter geen onderzoeksgegevens over bekend.

Wanneer specifiek wordt gekeken naar welk soort seksuele activiteit wordt bedreven dan wordt meestal het onderscheid aangebracht tussen geslachtsgemeenschap en masturbatie. Hier blijkt, logischerwijs, een sterke samenhang met het al dan niet (meer) hebben van een partner. Ouderen met een partner hebben vaker gemeenschap dan ouderen zonder partner, terwijl masturbatie bijna twee maal zo vaak voorkomt bij ouderen zonder partner (Persson, 1980; Catania en White, 1982). Aan de invloed van veroudering op meer 'intimiteitsgerichte' vormen van lichamelijkeheid (zoals knuffelen, aanraken, niet-genitale of orgasmegerichte manieren van vrijen) is slechts in één onderzoek aandacht besteed, dat zich bovendien beperkte tot mannen (Mulligan en Moss, 1991). Het resultaat van dit onderzoek was dat ook het intimiteitsgerichte gedrag afneemt met het stijgen van de leeftijd. Gezien de beperktheid van dit materiaal kunnen we evenwel stellen dat het nog een open vraag is in hoeverre intimiteitsgerichte activiteiten naast of in plaats van meer specifiek seksueel gedrag komen op oudere leeftijd. Ook is niets bekend over de waardering van de verschillende vormen van seksueel gedrag. Als masturbatie bijvoorbeeld als een substituut fungeert voor geslachtsgemeenschap, wordt dat dan ook als 'minder' ervaren of misschien juist als prettiger dan vrijen met een partner?

Belangstelling voor seksualiteit

De interesse in seksualiteit lijkt, algemeen beschouwd, niet af te nemen met het ouder worden (Bergström-Walan en Nielsen, 1990; Brettschneider en McCoy, 1988; Mulligan et al., 1988; Mulligan en Palgutta, 1991). Uitgesplitst naar verschillende vormen van seksueel gedrag blijkt er evenwel wel een afname in interesse voor coïtale activiteit, terwijl er een toenemende interesse geconstateerd wordt voor 'intimiteitsgerichte' activiteiten (Mulligan en Moss, 1991; Bergström-Walan en Nielsen, 1990; Brettschneider en McCoy, 1988). Interesse in masturbatie lijkt niet af te nemen. De interesse in seksualiteit is bij mannen -door het leven heen- hoger dan bij vrouwen (zie o.a. Slob, 1990). In het algemeen lijkt het interesse niveau in seksualiteit hoger te liggen dan de mate van activiteit bij ouderen.

Belemmerende factoren

Welke beperkingen en belemmeringen verantwoordelijk zijn voor de discrepantie tussen belangstelling voor seksualiteit en seksuele activiteit en hoe deze discrepantie door ouderen beleefd en gehanteerd wordt is nog niet systematisch onderzocht. We bespreken hier enkele afzonderlijke factoren die in de studies aan de orde komen.

Met betrekking tot specifiek seksuele activiteiten kunnen fysiologische veranderingen als een belemmering gaan fungeren. Bij de man is er sprake van een tragere erectie, een verminderde druk bij de ejaculatie, een vermindering van het ejaculaatvolume en van de drang tot ejaculeren, het orgasme is korter en er is sprake van een langere herstelperiode (vaak 24 uren en meer). Bij vrouwen vermindert de productie van vaginaal vocht, de vaginawand wordt dunner en minder elastisch en de vagina zet langzamer en minder ver uit. Verder duurt het langer om tot een orgasme te komen en is de duur en intensiteit van het orgasme minder dan voorheen (Masters en Johnson, 1966). Op zich hoeven hormonale veranderingen evenwel geen nadelige invloed te hebben op de seksualiteit. Vrouwen kunnen, zonder hormoonsubstitutie, tot op hoge leeftijd alle stadia van de seksuele respons-cyclus doormaken. En hoewel bij mannen een daling in de hoeveelheid testosteron wel een kleine rol kan spelen bij de afname van seksuele activiteit blijkt ook bij mannen dat hormonale veranderingen niet de belangrijkste factor zijn in deze afname (Slob, 1986).

Verder hebben ouderen vaker te kampen met ziekten en medicijngebruik, wat veelal - direct of indirect- negatieve effecten heeft op het seksuele leven (Moors-Mommers, 1985). Bijvoorbeeld suikerziekte (diabetes mellitus) komt bij ongeveer één op de tien ouderen voor en kan leiden tot erectieproblemen en pijn bij het vrijen. Gewrichtsklachten (artrose/reuma) kunnen pijn en stijfheid veroorzaken, wat de lichamelijke activiteit inperkt. Hoewel een hart- of een (licht) herseninfarct niet automatisch tot problemen bij het vrijen hoeven te leiden zijn mensen vaak zelf bang voor een herhaling. En van medicijnen tegen hoge bloeddruk is bekend dat ze een negatieve invloed op de seksuele beleving kunnen hebben.

Daarnaast zijn er ook sociale factoren die de seksuele activiteit kunnen belemmeren. Eén daarvan is het al dan niet hebben van een partner. Met het stijgen van de leeftijd is er sprake van een steeds groter wordende oververtegenwoordiging van vrouwen. Terwijl het aantal mannen en vrouwen nog ongeveer gelijk ligt bij de 50-59-jarigen zien we bij de 80-plussers dat het aantal vrouwen ruim 2,25 maal zo groot is als het aantal mannen (CBS, 1992). Met het stijgen van de leeftijd groeit ook het percentage alleenstaanden. Het al dan niet hebben van een partner speelt op zich inderdaad een rol bij de grootte van de afname in seksuele activiteit, voor vrouwen meer dan voor mannen (Brecher, 1984; Persson, 1980). Toch blijken gehuwde en alleenstaande respondenten niet zoveel te verschillen als algemeen wordt gedacht: met het stijgen van de leeftijd worden de verschillen tussen deze groepen kleiner. Als verklaring wordt genoemd dat alleenstaanden vaker masturberen (Persson, 1980, Catania en White, 1982).

Ook de woonvorm kan van invloed zijn op het seksuele functioneren. Door de grotere sociale controle in verzorgings- en verpleeghuizen blijken een aanzienlijk aantal ouderen (37%) zich soms of altijd belemmerd te voelen om zich seksueel te uiten (White, 1982, Bretschneider en McCoy, 1988).

Conclusie en aanbevelingen

Hoewel de seksuele activiteit in het algemeen afneemt met de leeftijd blijkt er op dit punt een grote mate van individuele variatie te zijn. De interesse in seksualiteit blijft nagenoeg op hetzelfde niveau als op jongere leeftijd. Fysiologische en hormonale veranderingen, ziekte en medicijngebruik en sociale factoren kunnen belemmerend werken ten aanzien van seksuele activiteit.

Op grond van deze literatuurstudie kan het volgende geconcludeerd worden ten aanzien van onderzoek naar seksualiteit van ouderen. Er is nauwelijks onderzoek verricht naar kwalitatieve aspecten van seksualiteit, de eigen betekenisgeving en beleving door ouderen. In onderzoek dient een bredere, gedifferentieerder concept van seksualiteit te worden gehanteerd waarin ook m.n. aandacht is voor intimiteit en de vertaling daarvan in lichamelijke omgang. Er is meer inzicht nodig in wat bruikbare methoden en omstandigheden zijn voor onderzoek op dit terrein bij ouderen. Tenslotte is er een gebrek aan actuele, representatieve data over de oudere Nederlandse bevolking. Het Nederlands Instituut voor Sociaal Seksuologisch Onderzoek (NISSO) heeft inmiddels een onderzoeksvoorstel op basis van deze conclusies ontwikkeld.

Summary

Sexuality of elderly people: a literature survey

In this article the results of a literature survey on sexuality of elderly people are presented. The lack of scientific research in this area is striking. The meaning of sexuality for the elderly and their experiences, qualitative changes in the course of aging and the way these are dealt with and the problems elderly people face regarding sexuality hardly appear in studies. Current research shows a decline in sexual activity over the years, though a great amount of individual variation is observed. Interest in sexuality does not seem to diminish. Some factors that may account for the discrepancy between interest and behaviour are being discussed.

Literatuur

- Baikie, E. (1984). Sexuality and the elderly. In: I. Hanley en J. Hodge (Eds.): *Psychological approaches to the care of the elderly*. Croom Helm, London.
- Bancroft, J. (1989). *Human sexuality and its problems* (2nd ed.). Churchill Livingstone, Edinburgh, London, Melbourne en New York.
- Bergström-Walan, M.B. en H.H. Nielsen (1990). Sexual expression among 60-80 year old men and women: a sample from Stockholm, Sweden. *Journal of Sex Research*, 27: 289-295.
- Brecher, E.M. (1984). *Love, sex and aging: a consumers union report*. Little, Brown, Boston.
- Bretschneider, J.G. en N. McCoy (1988). Sexual interest and behaviour in healthy 80- to 102-years olds. *Archives of Sexual Behavior*, 17: 109-129.
- Bruyn, J. de (1980). Een proefonderzoek naar de seksualiteitsbeleving van hoogbejaarden in een verzorgingstehuis. *Gerontologie*, 11: 197-203.
- Catania, J.A. en C.B. White (1982). Sexuality in an aged sample: cognitive determinants of masturbation. *Archives of Sexual Behavior*, 11: 237-245.
- CBS (1992). *Statistisch Jaarboek 1992*. SDU, Den Haag.
- Comfort, A. (1980). Sexuality in later life. In: J.E. Birren en R.B. Sloane (red.): *Handbook of Mental Health in Aging*. Prentice Hall, Englewood Cliffs, New Jersey.
- Dupuis, P., G.A. Kooy, M. Zeldenrust e.a. (1969). *Sex in Nederland*. Het Spectrum, Utrecht/Antwerpen.
- Eulderink, F., T. Heeren, D. Knook en G. Ligthart (red.) (1993). *Inleiding Gerontologie en Geriatrie*. Bohn, Stafleu en Van Loghum, Houten/Zaventem.
- George, L.K. en S.J. Weiler (1981). Sexuality in middle and later life; the effects of age, cohort and gender. *Archives of General Psychiatry*, 38: 919-923.
- Hällström, T. (1973). *Metnal disorders and sexuality in the climacteric*. Scandinavian University Books, Göteborg.
- Hällström, T. en S. Samuelsson (1990). Changes in women's sexual desire in middle life; the longitudinal study of women in Gothenburg. *Archives of Sexual Behavior*, 19: 259-268.
- Hegeler, S. en M. Mortensen (1978). Sexuality and ageing. *British Journal of Sexual Medicine*, 5: 16-19.
- Herder, J. en R. van Dijk (1993). *Seksualiteitsbeleving bij ouderen (50+); een literatuurstudie*. Literatuurscriptie, NISSO, Utrecht.
- Janus, S. en C. Janus (1993). *The Janus Report on sexual behavior*. John Wiley and sons Inc., New York.
- Kennes, R. (1983). Het seksuele leven van de ouder wordende mens; mythe en werkelijkheid. *Actualitei-*

- ten; *Relatie en Seksualiteit*, 6: 97-105.
- Kinsey, A.C., W.B. Pomeroy en C.E. Martin (1948). *Sexual behavior in the human male*. W.B. Saunders, Philadelphia.
- Kinsey, A.C., W.B. Pomeroy, C.E. Martin en P.H. Gebhard (1953). *Sexual behaviour in the human female*. W.B. Saunders, Philadelphia.
- Kooy, G.A., C.J. Weeda, N. Schelvis en H. Moors (1983). *Sex in Nederland*. Het Spectrum, Utrecht/Antwerpen.
- Ludeman, K. (1981). The sexuality of the older person: Review of the literature. *The Gerontologist*, 21: 203-208.
- Marcoen, A. (1987). Seksualiteitsbeleving bij bejaarden. In: I. Ponjaert-Kristoffersen, H. Vertommen en A. Vansteenwegen (red.): *Psychologen over seksualiteit; dl.1 Theorie en Onderzoek*. Acco, Leuven/Amersfoort.
- Martin, C.E. (1977). Sexual activity in the aging male. J. Money en H. Musaph (red.): *Handbook of sexology*. Elsevier, Amsterdam.
- Martin, C.E. (1981). Factors affecting sexual functioning in 60-79 old married males. *Archives of Sexual Behavior*, 10: 399-420.
- Masters, W.H. en V.E. Johnson (1966). *Human sexual response*. Little, Brown, Boston.
- Moors-Mommers, M. (1985). Seksuele bijwerkingen van geneesmiddelen. In: M. Moors-Mommers e.a. (red.): *Handboek Seksuele Hulpverlening*. Van Loghum Slaterus, Deventer.
- Mulligan, T., S.M. Retchin, V.M. Chinchilli en C.B. Bettinger (1988). The role of aging and chronic disease in sexual dysfunction. *Journal of American Geriatrics Society*, 36: 520-524.
- Mulligan, T. en R. Moss (1991). Sexuality and aging in male veterans: a cross-sectional study of interest, ability and activity. *Archives of Sexual Behavior*, 20: 17-25.
- Mulligan, T. en J.R. Palgutta (1991). Sexual interest, activity and satisfaction among male nursinghome residents. *Archives of Sexual Behavior*, 20: 199-204.
- Munnichs, J. en G. Uildriks (1990). *Psychogerontologie; een inleidend leerboek*. Bohn, Stafleu, Van Loghum, Deventer.
- Ouderen in Tel, Kamerstukken II, 1990-1991, 21 814, nrs. 1, 2 en Voortgangsnota, 1992-1993, 21 814 nr. 16.
- Persson, G. (1980). Sexuality in a 70-year-old urban population. *Journal of Psychosomatic Research*, 24: 335-342.
- Slob, A.K. (1986). Seksualiteit en ouderen: fysiologische en hormonale aspecten. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 10: 130-136.
- Slob, A.K. (1990). Seksuele activiteit van vrouwen en mannen boven 50 jaar. In: W. Goedhard, D. Knook (red.): *Geriatric-informatorium*. Bohn, Stafleu en Van Loghum, Houten/Antwerpen (D1525).
- Starr, B.D. en M.B. Weiner (1981). *The Starr-Weiner report on sex and sexuality in the later years*. Stein and Day, New York.
- White, C.B. (1982). Sexual interest, attitudes, knowledge and sexual history in relation to the sexual behavior of the institutionalized aged. *Archives of Sexual Behavior*, 11: 11-21.
- Zessen, G. van en Th. Sandfort (1991). *Seksualiteit in Nederland; seksueel gedrag, risico en preventie van AIDS*. Swets en Zeitlinger, Amsterdam/Lisse.