

De relatie zonder penetratie



Natuurlijk, pijpen en beffen is leuk, maar is het genoeg? Onze seks-expert Marith verdiept zich in de relatie zonder penetratie. 'Als je even snel wilt klaarkomen, gebruik dan alsjeblieft lekker je rechterhand.'

TEKST MARITH IEDEMA
FOTOGRAFIE JASPER SUYK
LINGERIE PLEASUREMENTS

Na tien jaar voelde het nog steeds 'alsof ze een cactus naar binnen duwde'

De documentaire *My fucking problem* was op tv, zoals je vast hebt meegekregen. Ik was aan het kaasfonduen met vriend K. en twee vriendinnen. Wat regisseuse Anne van Campenhout te melden had over vaginisme boeide me meer, dus onderbrak ik het tafelgesprek abrupt door de tv aan te zetten en op de bank te ploffen. K. was niet erg te spreken over de wending die de avond nam. Normaliter is hij belangstellend als het het vrouwelijk geslachtsorgaan betreft, maar nu het erom draaide dat hier niks in kon, 'zelfs geen wattenstaafje', boeide het onderwerp hem beduidend minder. De ontmaagding van Anne (27) was pijnlijk, vertelde ze voor de camera. In eerste instantie vond ze dit niet alarmerend, penetratie zou vanzelf lekker worden, daarvan was Anne overtuigd. Tien jaar later voelde geslachtsgemeenschap nog steeds 'alsof ze een cactus naar binnen duwde' en dat is in één woord: kut. Niet alleen omdat zij en haar vriendje een beperkt seksleven hebben. Niet kunnen neuken, zorgt ervoor dat Anne zich een vreemde eend in de bijt voelt, in onze door seks gedomineerde maatschappij. Ze heeft er daarom alles voor over om van deze kwaal af te komen. Frappant vindt ze het wel; snakken naar iets dat haar tot op heden enkel leed heeft bezorgd.

Dichte deur

In Nederland heeft 20 procent van de vrouwen tussen de 15 en 71 jaar weleens pijn tijdens het vrijen, zo blijkt uit onderzoek. De oorzaken hiervoor zijn divers; van trauma's tot huidziektes. Eén ding speelt haast altijd een rol: vaginale droogte, veroorzaakt door gebrek aan seksuele opwindning.

Anne vertelde dat pijn bij sommige vrouwen leidt tot vaginisme. In Nederland heeft 4,7 procent van de vrouwen last van de kwaal. Hun bekkenbodemspieren spannen zich zo sterk samen dat het inbrengen van een tampon al pijnlijk is. De aard van vaginisme is vaak psychisch. In sommige gevallen is de vrouw misbruikt in het verleden, of heeft ze een andere negatieve ervaring met seks gehad, waardoor de vagina als het ware van schrik op slot gaat. In de meeste geval-

len is er geen duidelijke verklaring voor en tasten deskundigen in het duister. Wat erin resulteert dat vrouwen die lijden aan deze kwaal van het kastje naar de muur worden gestuurd, net als Anne.

Vriend K. was bezig een spelletje op zijn telefoon te spelen. 'Ik heb weleens zo'n vrouw gehad,' zei hij. Niet gek, als je zoveel dames hebt verslonden als K. moet dat statistisch gezien haast wel. 'Hoe was dat?' vroegen wij in koor. K. haalde zijn schouders op. Ja, dat konden we zelf wel bedenken, toch? Het ging niet. Wat ze ook probeerden. Alsof er een deur dichtzat, die ze met geen mogelijkheid open kregen. Net zo abrupt als ik het entetje beëindigde, stond K. op. Niet dat hij het niet gezellig vond hoor, om vrouwenkwalen met ons te bespreken, maar hij realiseerde zich net dat FC Barcelona speelde. Dus tja, we snapten zelf ook wel dat hij ging. We knikten.

Opblaaspoppen

Het valt me op dat er veel te doen is rondom penetratie de laatste tijd. Seks zou daar in mindere mate om moeten draaien, menen bijvoorbeeld seksuologen Ellen Laan en Rik van Lunsen die het boek *Seks!* schreven. Veel vrouwen staan penetratie toe terwijl ze niet voldoende opgewonden zijn, volgens hen. En dat is opmerkelijk. 'Want een man gaat toch ook niet met een slappe penis in een vrouw?' aldus Van Lunsen in *Trouw*. Porno doet geloven dat vrouwen het geil vinden in no time over te gaan tot penetratie. Dat is niet zo, enkele uitzonderingen daargelaten. Zonder voorspel is de kans op vaginale droogte groot, wat leidt tot pijn en in extreme gevallen dus zelfs tot vaginisme. Dus: als je even snel wilt klaarkomen, gebruik dan alsjeblieft lekker je rechterhand. Vrouwen zijn geen opblaaspoppen.

Daarmee beweer ik niet dat neuken voor ons niet belangrijk is. Ik zou niet durven. 'Zouden jullie een relatie kunnen hebben zonder penetratie?' vroeg ik mijn vriendinnen. Ze haalden hun schouders op. Zoiets is moeilijk voor te stellen. Natuurlijk, pijpen en beffen is ook leuk, maar is het genoeg? Gelukkig werkt de clitoris prima bij vrouwen die lijden aan vaginisme. Anne en haar vriend vrijen regelmatig. Vaker dan de meeste stellen. 'Ben je tevreden met ons seksleven?' vroeg Anne haar vriend in de documentaire. Hij aarzelde even en antwoordde toen ontkennend. 'Nee, maar jij ook niet.' Anne schudde met haar hoofd. Ze noemen andere seksuele handelingen niet voor niks 'voorspel', merkte haar vriend op. Je werkt ergens naartoe. Alleen komen Anne en hij daar nooit. Wat me vreselijk lijkt. Gelukkig piekert hij er niet over Anne te verlaten. Seks is slechts een onderdeel van hun relatie, met de rest is hij wel content. Respect voor hem. ✖