

# **Seksuele gezondheid in Nederland in corona tijd**

Utrecht, juli 2020

Auteur: Hanneke de Graaf

© Rutgers 2020

## Inleiding

Het coronavirus (COVID-19) heeft een enorme impact op ons leven. Mensen werken thuis, kinderen en jongeren gaan niet naar school en sociale contacten worden tot een minimum beperkt. Inmiddels rijst ook de vraag wat dit doet met ons seksleven. Hebben mensen hierdoor minder seks, of juist meer? Vermijden zij losse contacten (uit angst voor besmetting met COVID-19) of zoeken ze losse contacten vooral online? Hoe zit het met de toegang tot anticonceptie en abortus? En er zijn signalen dat huiselijk geweld toeneemt, maar geldt dat ook voor seksueel geweld binnen de huiselijke kring? Omdat de situatie waar we in zitten ongekend is, ontbreekt kennis van de gevolgen van deze situatie op de seksuele gezondheid van jongeren en volwassenen volledig. Inzicht hierin is belangrijk om op tijd actie te kunnen ondernemen als COVID-19 een bedreiging vormt voor seksuele en reproductieve gezondheid en rechten (SRGR).

Om antwoord te kunnen geven op bovenstaande vragen, heeft Rutgers een survey-onderzoek uitgevoerd onder volwassenen van 18 jaar en ouder. Voor het werven van de steekproef is gebruik gemaakt van een online panel (Ipsos). Een dwarsdoorsnede van 1002 personen uit de bevolking van 18 tot en met 50 jaar vulde de vragenlijst in, aangevuld met 504 studenten (mbo/hbo/wo) studenten. Voor de huidige rapportage zijn deze steekproeven samengevoegd en gewogen op leeftijd, geslacht en opleidingsniveau. Dit maakt dat deze steekproef op deze kenmerken overeenkomt met de populatie 18-50 jarigen in Nederland. In Tabel 1 is te zien hoe de steekproef is samengesteld.

**Tabel 1 Samenstelling van de steekproef**

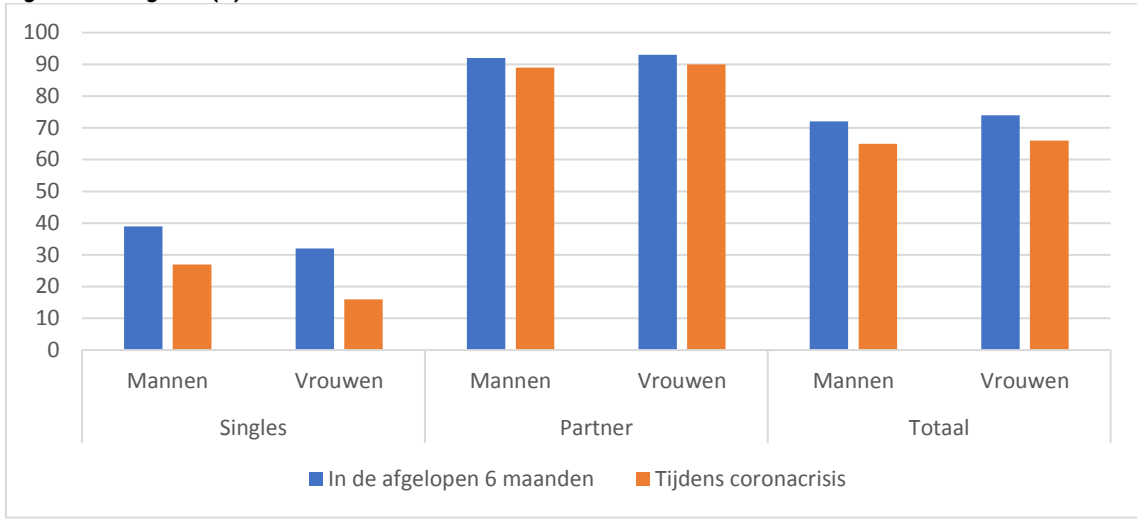
	Mannen (N=647)		Vrouwen (N= 857)		Totaal (N=1506)	
	N	W%	N	W%	N	W%
<b>Leeftijd</b>						
18-24 jaar	197	21	449	20	647	21
25-39 jaar	201	39	280	44	481	41
40-50 jaar	249	40	128	36	378	38
<b>Opleidingsniveau</b>						
Laag	37	11	40	10	77	10
Midden	214	44	266	41	482	43
Hoog	391	46	549	49	940	47
<b>Herkomst</b>						
Nederlands	554	87	723	85	1279	86
Westers	41	6	54	8	95	7
Niet-westers	46	7	72	7	118	7
<b>Relatiestatus</b>						
Single	255	38	326	31	582	35
LAT-relatie	115	16	244	21	359	19
Samenwonend	277	46	287	47	565	47

Respondenten vulden een vragenlijst in met een selectie van vragen uit het onderzoek "Seksuele gezondheid in Nederland" (Seksuele Gezondheid in Nederland/ Leefstijlmonitor: Rutgers i.s.m. RIVM, 2017), aangevuld met vragen naar verandering ten opzichte van de periode vóór de coronacrisis. Soa Aids Nederland, het RIVM en enkele GGD's (Zuid-Limburg en Rotterdam) hebben input gegeven op de vragenlijst. Dataverzameling vond plaats tussen 6 en 25 mei 2020. De corona vragen hebben betrekking op de periode na 15 maart 2020. De vragen betreffen een breed scala aan thema's op het gebied van seksuele gezondheid: seksfrequentie en aantal sekspartners; condoomgebruik en testgedrag; anticonceptiegebruik, ongeplande zwangerschap en abortus; seksuele grensoverschrijding; sexting, datingapps en pornogebruik en alcohol en drugsgebruik tijdens seks. Naast het huidige onderzoek is ook een onderzoek uitgevoerd onder jongeren van 16 tot en met 20 jaar, met deels dezelfde vragen, maar deels ook vragen die specifiek voor jongeren van belang zijn.

### Seks met een partner

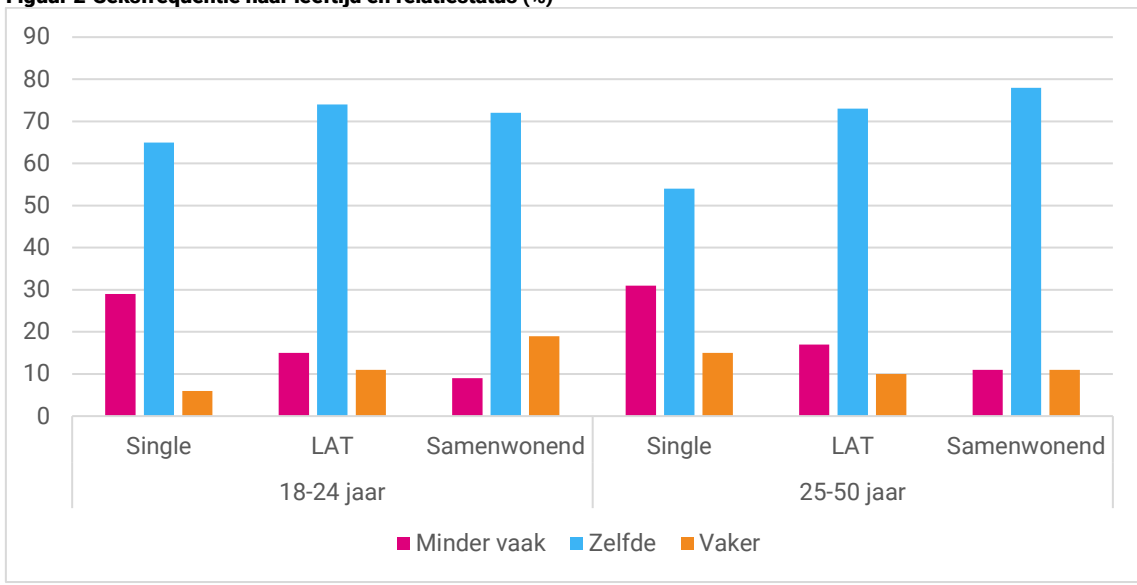
Driekwart van de mensen (72% van de mannen en 74% van de vrouwen) heeft de afgelopen 6 maanden seks gehad. Twee derde heeft ook sinds de coronacrisis seks gehad. Het verschil is vooral toe te schrijven aan een afname van seksuele activiteit bij mensen zonder vaste partner (singles). Een derde van de singles (39% van de mannen en 32% van de vrouwen) had het afgelopen half jaar seks, een kwart van de mannen (27%) en een zesde van de vrouwen (16%) in deze groep had seks tijdens de coronacrisis. Voor mannelijke singles lijkt het verschil dus iets minder groot dan voor vrouwelijke singles.

**Figuur 1 Seks gehad (%)**



De grote groep singles die sinds de coronacrisis geen seks meer heeft is ook zichtbaar als we binnen de groep seksueel actieve mensen (mensen die seks hadden in het afgelopen half jaar) kijken naar veranderingen in seksfrequentie sinds de coronacrisis (Figuur 2). Ook hier is te zien dat voor zowel jongere (tot 25 jaar) als oudere singles de seksfrequentie sterk is afgenomen. Ook personen in een LAT-relatie (die wel een partner hebben, maar niet samenwonen) geven aan dat ze sinds de coronacrisis minder vaak seks hebben. Dat is niet omdat deze personen hun partner wellicht minder vaak zouden zien vanwege corona, want de meeste personen in een LAT-relatie geven aan dat dit niet veranderd is, of dat ze juist meer tijd met hun partner doorbrengen. Jongeren tot 25 jaar die samenwonen met hun partner geven aan dat ze sinds de coronacrisis vaker seks hebben met hun partner.

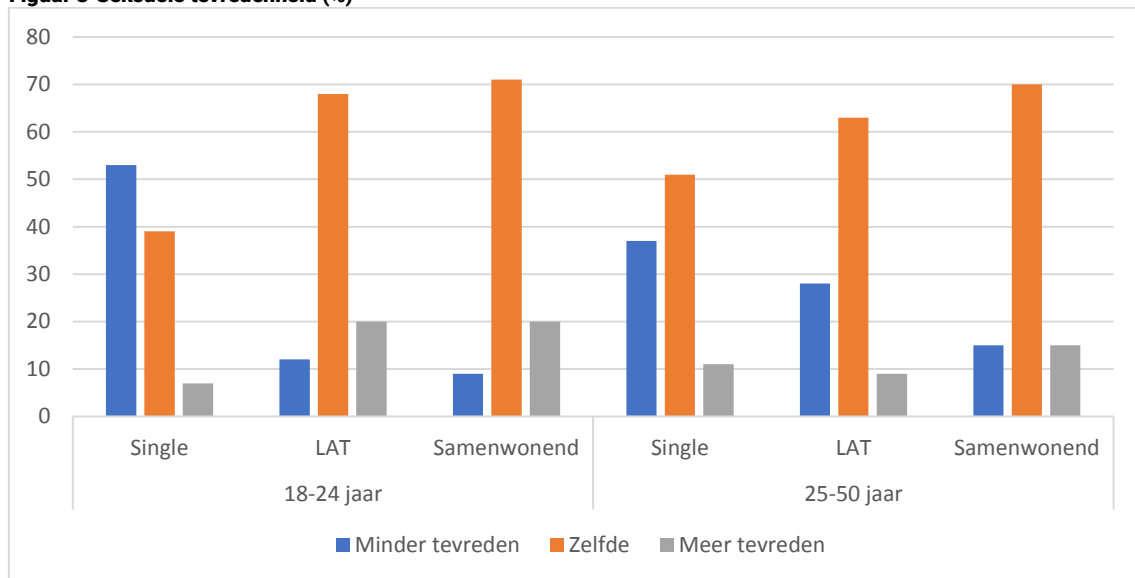
**Figuur 2 Seksfrequentie naar leeftijd en relatiestatus (%)**



## Tevredenheid

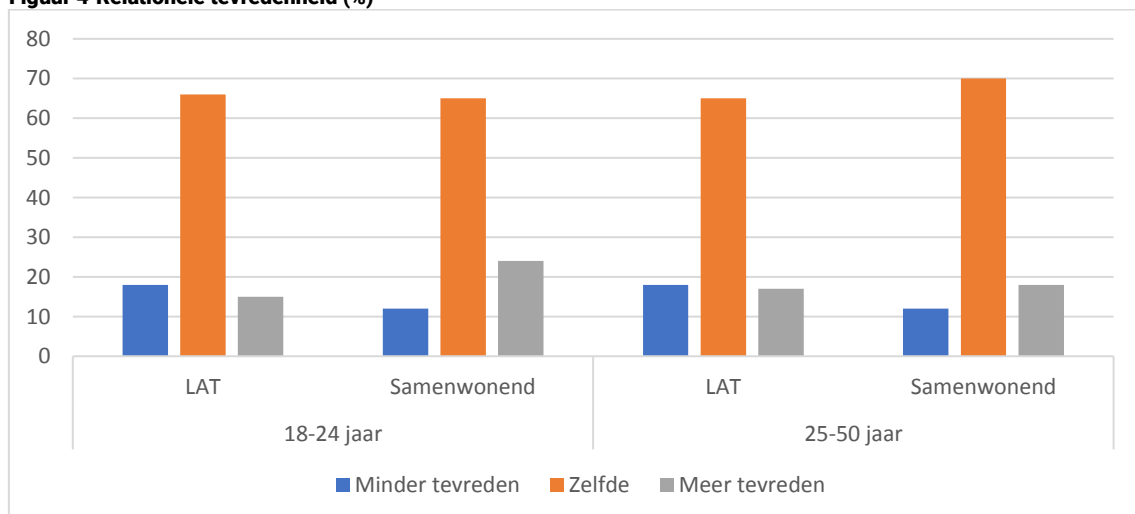
Deze veranderingen in seksfrequentie sinds de coronacrisis zien we (deels) gereflecteerd in de mate waarin mensen nu meer of minder tevreden zijn over hun seksleven. Singles geven het vaakst aan veel minder tevreden te zijn over hun seksleven. Dat geldt vooral voor singles onder de 25 jaar: van hen geeft 53% aan nu minder tevreden te zijn dan voor de coronacrisis. Dat is opvallend veel meer dan bij de singles boven de 25 (37%), terwijl het verschil in seksfrequentie voor jongere en oudere singles ongeveer hetzelfde is. Een op de vijf jongeren tot 25 jaar met een partner (al dan niet samenwonend) geeft aan nu meer tevreden te zijn over het seksleven. Onder mensen boven de 25 jaar in een LAT-relatie is ruim een kwart (28%) minder tevreden met het seksleven. Voor mensen boven de 25 die samenwonen met een partner verandert er heel weinig door de coronacrisis.

**Figuur 3 Seksuele tevredenheid (%)**



Daarnaast is de vraag wat al het thuiszitten doet met de relaties van mensen. Ook hier zien we een verschil tussen mensen die niet samenwonen met hun vaste partner (LAT) en mensen die samenwonen met hun vaste partner. Voor een deel van de mensen die samenwonen lijkt de coronacrisis positief uit te pakken: ze ervaren nu meer positieve en minder negatieve gevoelens in de relatie met hun partner dan voorheen. Dat geldt sterker voor jongere dan voor oudere samenwoners, mogelijk omdat zij vaak nog geen kinderen hebben en daardoor meer tijd en aandacht kunnen hebben voor elkaar. Voor mensen in een LAT-relatie verandert er weinig, maar bij jonge mensen in een LAT-relatie is de groep die zegt dat ze minder tevreden zijn wel iets groter dan de groep die zegt dat ze meer tevreden zijn.

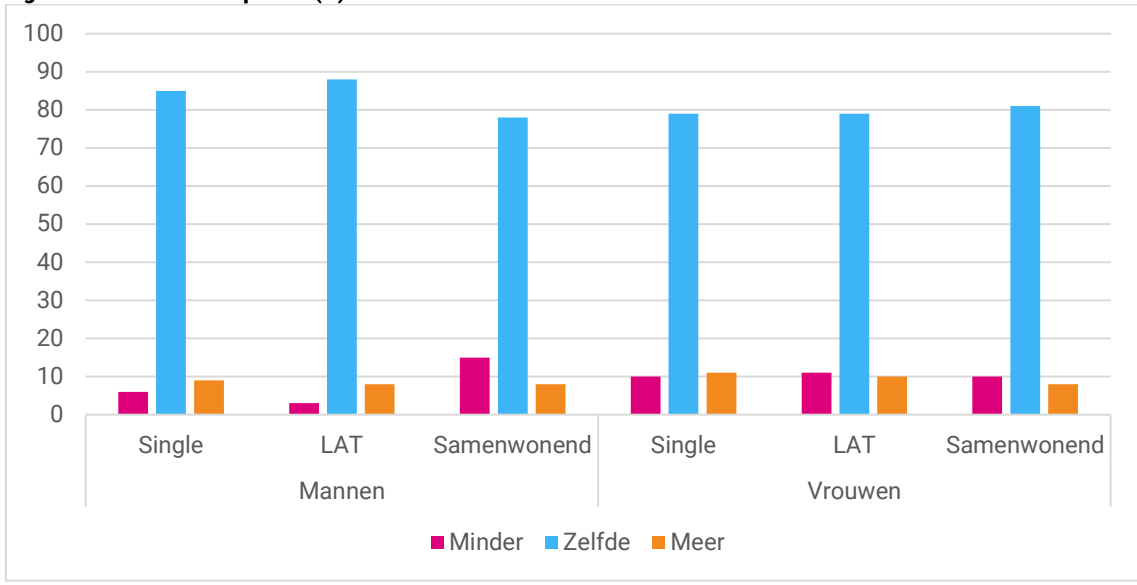
**Figuur 4 Relationale tevredenheid (%)**



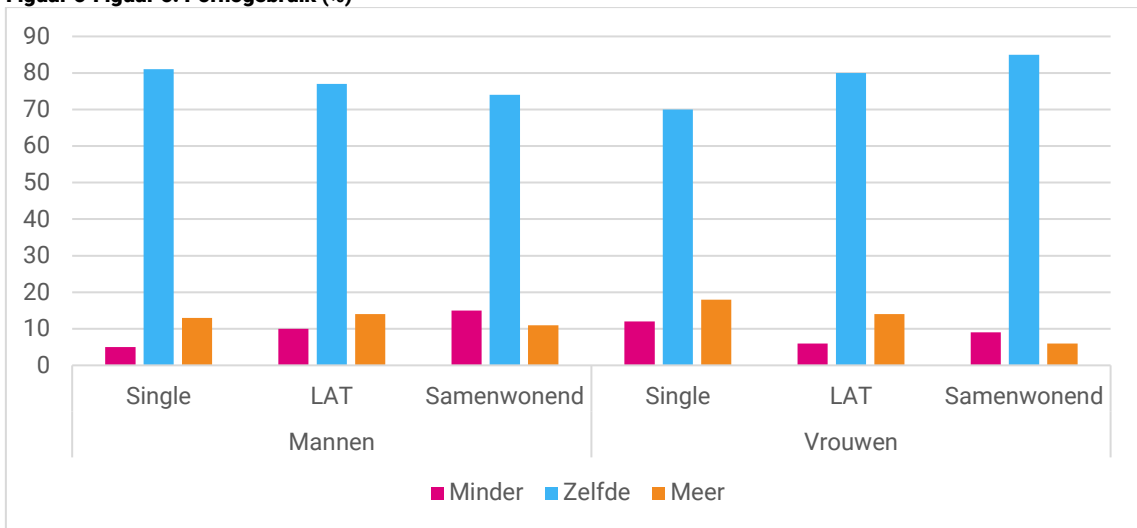
### Masturberen en porno kijken

Meer mannen dan vrouwen masturberen wel eens en kijken wel eens online porno. Van de mannen geeft 83% aan wel eens te masturberen en 70% kijkt wel eens online porno. Bij vrouwen is dat respectievelijk 64% en 30%. Voor de meeste mensen verandert hier weinig aan in de coronacrisis. Mannen die samenwonen met hun vaste partner lijken wel iets minder vaak te masturberen sinds de coronacrisis, terwijl mannen die geen partner hebben of die hier niet mee samenwonen juist iets vaker masturberen. Voor pornogebruik zien we dit verschil bij zowel mannen als vrouwen. Mogelijk hebben mensen die samenwonen iets minder mogelijkheden om te masturberen of porno te kijken nu de partner vaker thuis is. Vermoedelijk heeft een eventuele afname in masturbatie niet te maken met een toename in seks met een partner, omdat we uit ander onderzoek weten dat meer soloseks juist vaak samengaat met meer partnerseks.

**Figuur 5 Masturbatiefrequentie (%)**



**Figuur 6 Pornogebruik (%)**



### Online daten en sexting

Datingapps en sites worden vooral door singles gebruikt. Ruim een derde (38%) van de singles gebruikt wel eens een datingapp, tegenover 11% van de mannen en 4% van de vrouwen met een partner (Tabel 2). Ook sinds de coronacrisis heeft een groot deel van de singles (40% van de mannen en 31% van de vrouwen) wel eens een datingapp gebruikt of datingsite bezocht. En het blijft dan niet uitsluitend bij swipen. Van alle singles die sinds de coronamaatregelen datingapps of sites

gebruiken, heeft één op de vijf een eerste date en een op de negen (11%) seks gehad met iemand die ze via dit medium hadden leren kennen.

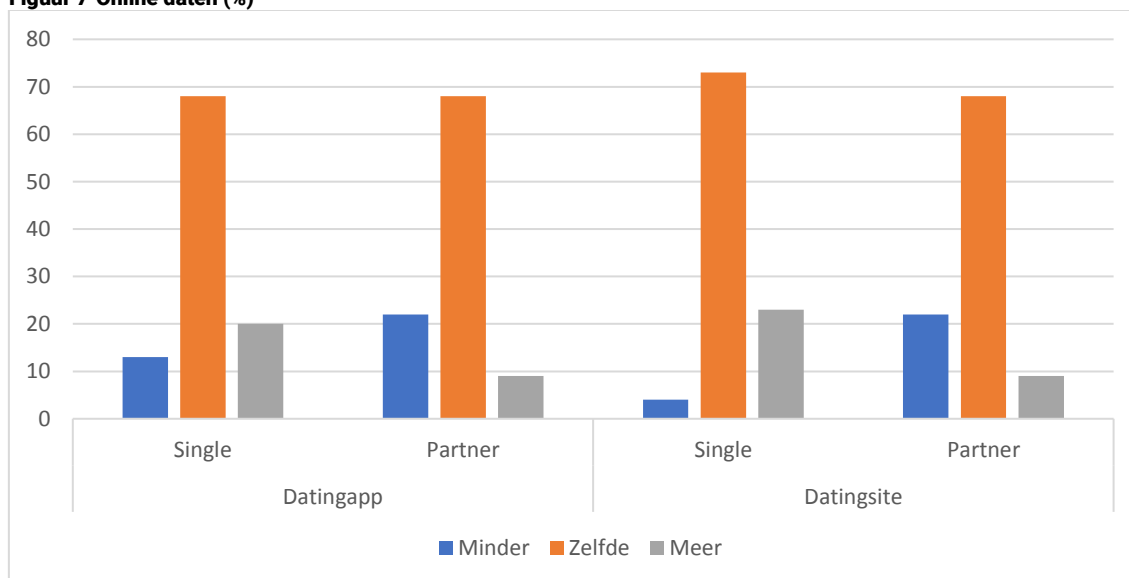
**Tabel 2 Gebruik van datingapps and datingsites (%)**

	Singles		Partner	
	Mannen n=252	Vrouwen n=322	Mannen n=386	Vrouwen n=529
Gebruikt wel eens een datingapp	38	38	11	4
Datingapp gebruikt sinds corona	35	29	7	1
Gebruikt wel eens een datingsite	14	14	4	1
Datingsite gebruikt sinds corona	13	9	3	0
Datingapp- of site gebruikt sinds corona	40	31	8	1
Eerste date via een dating app of site*	19	26	-	-
Nieuwe sekspartner via een dating app of site*	11	11	-	-

\*Van de mensen die sinds de coronamaatregelen datingapps of sites gebruikten

Van de singles die wel eens een datingapp gebruiken, geeft 20% aan dat ze dit sinds de coronacrisis vaker zijn gaan doen. Dat geldt voor 23% van de singles die wel eens een datingsite bezoeken. Mogelijk bieden deze online platforms een alternatief voor het weggeven van offline ontmoetingsplekken, zoals de horeca of de sportclub. Van de mensen met een partner, zegt een ongeveer even groot deel dat ze sinds de coronacrisis juist minder vaak naar datingapps of -sites gaan. Wellicht dat een deel van deze mensen de huidige partner in de maanden voor de coronacrisis heeft gevonden via een datingapp of site en er hierdoor tijdens de coronacrisis geen noodzaak meer was voor het gebruik hiervan. Het kan ook dat een deel van de mensen met een partner die nog steeds datingapps of -sites bezoekt, hier minder mogelijkheden voor heeft nu de partner vaker thuis is.

**Figuur 7 Online daten (%)**



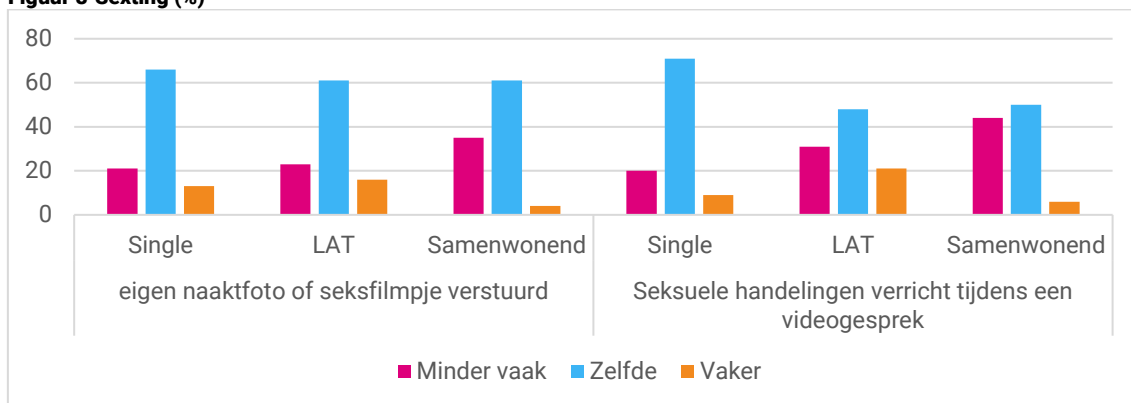
Sexting (het versturen en ontvangen van naaktfoto's of seksfilmpjes) komt vooral voor bij singles en mensen in een LAT-relatie. Dertien procent van de vrijgezelle mannen en 6% van de vrijgezelle vrouwen stuurde de afgelopen 6 maanden een naaktfoto of seksfilmpje van zichzelf aan iemand anders. Bij personen in een LAT-relatie is dat respectievelijk 9% van de mannen en 17% van de vrouwen. We weten niet of ze deze beelden naar de eigen partner of naar iemand anders sturen.

**Tabel 3 Sexting in de afgelopen 6 maanden (%)**

	Single		LAT		Samenwonend	
	Mannen	Vrouwen	Mannen	Vrouwen	Mannen	Vrouwen
	n=247	n=319	n=114	n=234	n=275	n=286
Borsten of geslachtsdelen laten zien tijdens een videogesprek	13	5	11	13	5	3
Een naaktfoto of seksfilmpje van uzelf aan iemand gestuurd	13	6	9	17	9	6
Een naaktfoto of seksfilmpje van iemand die u kent gezien	19	8	19	16	9	3
Een naaktfoto of seksfilmpje van iemand anders verstuurd	4	1	9	6	6	1
Seksuele handelingen verricht tijdens een videogesprek	13	5	9	9	4	1

Over het algemeen geven mensen aan dat ze sinds de coronacrisis minder aan sexting doen dan dat ze daarvoor deden. Onder mensen die samenwonen met hun vaste partner was de groep die aan sexting doet al bijzonder klein, maar die is sinds de coronacrisis nog kleiner geworden. Onder mensen in een LAT-relatie zegt nog een redelijk grote groep (13-21%) dat ze dit juist vaker zijn gaan doen. Mogelijk biedt de online wereld deze groep mensen een alternatieve vorm van seksueel contact met de partner als ze niet samen kunnen zijn.

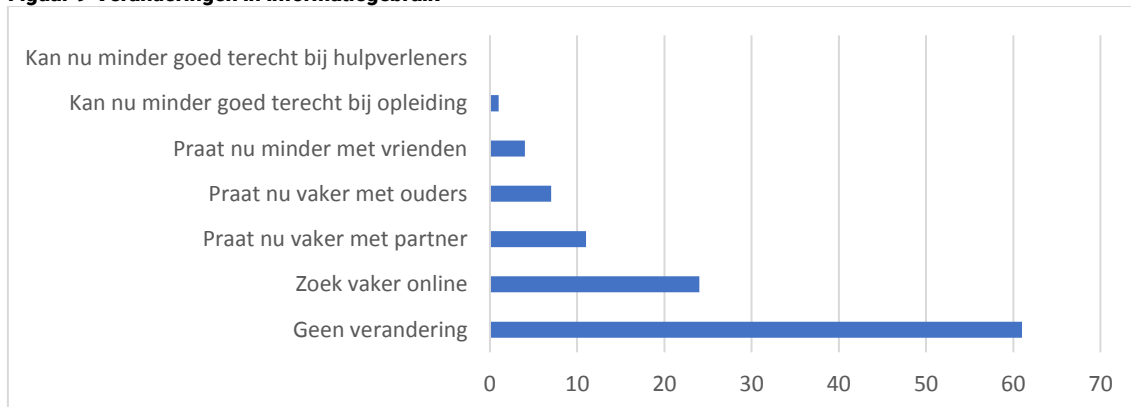
**Figuur 8 Sexting (%)**



**Informatiebehoefte**

Elf procent van de volwassenen had tijdens de corona crisis behoefte aan informatie over seksualiteit, vooral over seksueel plezier (5%) en over seks en corona (3%). Een deel van de mensen die behoefte hadden aan informatie gaven aan dat er door corona dingen veranderd zijn in de manier waarop ze informatie krijgen: 24% zoekt dit nu vaker online, 11% praat er vaker over met de partner en 7% praat er vaker over met de ouders.

**Figuur 9 Veranderingen in informatiegebruik**

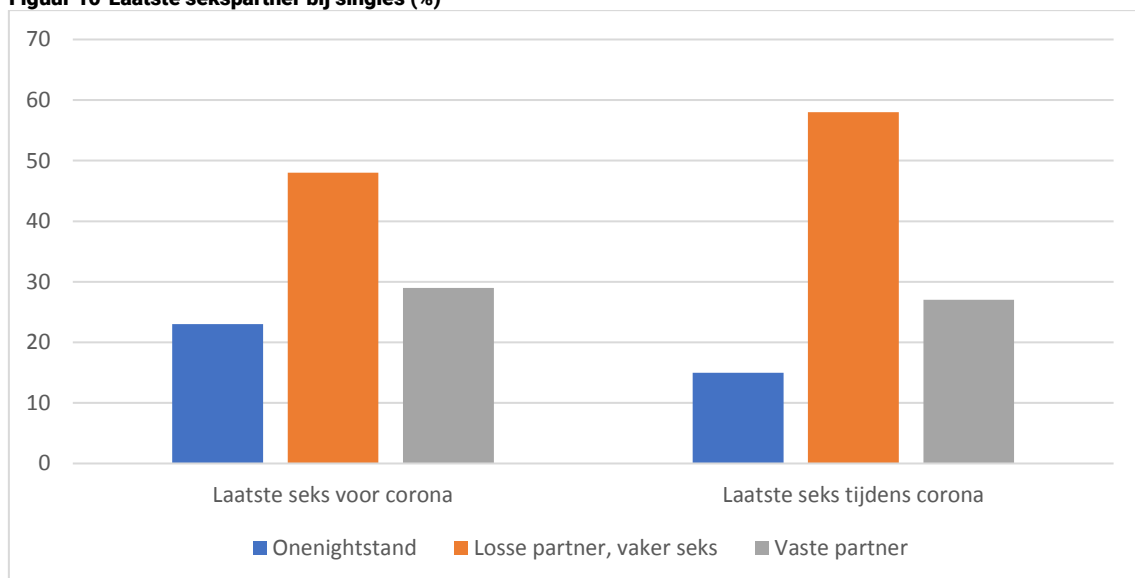


## Risico op soa en hiv

Eerder zagen we al (Figuur 1) dat mensen die seks hebben gehad in de afgelopen 6 maanden, meestal ook seks hebben gehad tijdens de coronacrisis. Voor 9% van deze mensen is dat niet het geval: voor hen was het laatste seksuele contact dus vóór de coronacrisis. Omdat dit vaker singles zijn dan mensen met een vaste partner, heeft een veel groter deel van de mensen die seks heeft, seks met een vaste partner met wie ze een relatie hebben: van 51% naar 90%. Voor 2% van de mensen die in coronatijd seks hadden, was de laatste sekspartner een onenightstand, en voor 8% een losse partner met wie ze vaker seks hadden. Voor corona was de laatste sekspartner bij een op de zes mensen (16%) een onenightstand en voor een derde een losse partner met wie ze vaker seks hadden. Wanneer het laatste sekscontact voor corona was, werd hierbij vaker een condoom gebruikt (35%) dan wanneer dit tijdens corona was (22%). Dit komt waarschijnlijk omdat de laatste partner tijdens corona minder vaak een losse partner is.

Voor mensen met een vaste partner was de laatste sekspartner vrijwel altijd een vaste partner, of dat nou voor of tijdens corona was. Voor singles ligt dat anders. Van de singles die tijdens corona seks hadden, deed het grootste deel (58%) dit met een losse partner met wie ze al vaker seks hebben gehad, 15% met een onenightstand en 27% met een vaste partner (met wie de relatie daarna blijkbaar verbroken is). Voor de coronacrisis was de laatste partner voor singles vaker een onenightstand (23%) en minder vaak een losse partner met wie ze vaker seks hadden (48%). Mogelijk was het voor een deel van deze singles een bewuste keuze om vanwege corona vaker seks te hebben met dezelfde losse partner.

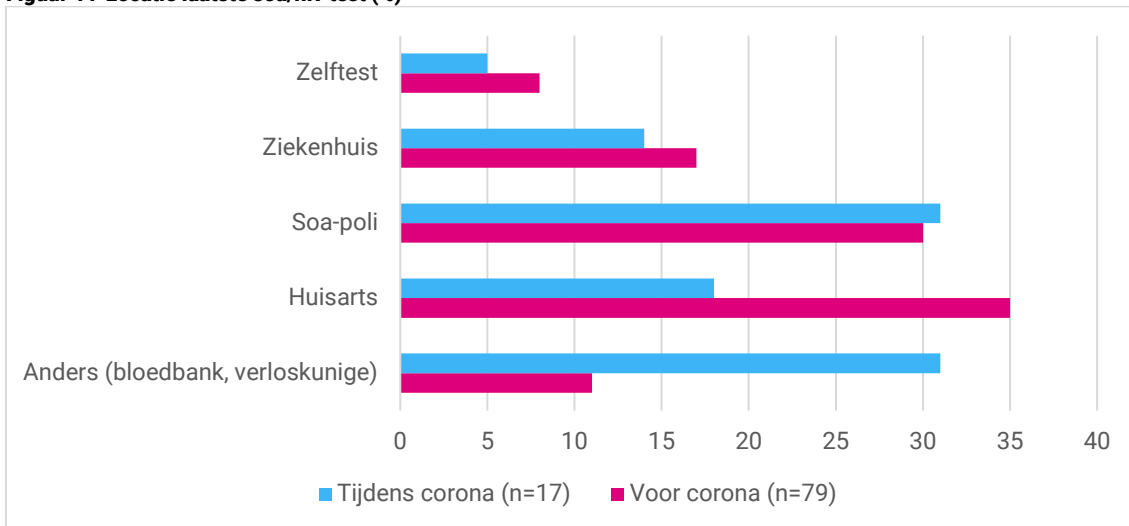
**Figuur 10** Laatste sekspartner bij singles (%)



Van de mensen die seks hadden in de afgelopen 6 maanden heeft 9% van de mannen en 11% van de vrouwen zich in die periode laten testen op hiv of andere soa. Twee procent van de mannen en vrouwen heeft zich laten testen tijdens de coronacrisis. Dat is een heel kleine groep (n=17), dus het is lastig te zeggen of deze personen verschilden van de personen die zich voor de coronacrisis lieten testen. Wat testlocatie betreft valt wel op dat een kleiner deel naar de huisarts ging voor een test, en een groter deel aangeeft dat de test in het kader van een zwangerschap of bloeddonatie plaatsvond. De testen na corona lijken dus iets minder het eigen initiatief te zijn geweest.



**Figuur 11 Locatie laatste soa/hiv test (%)**

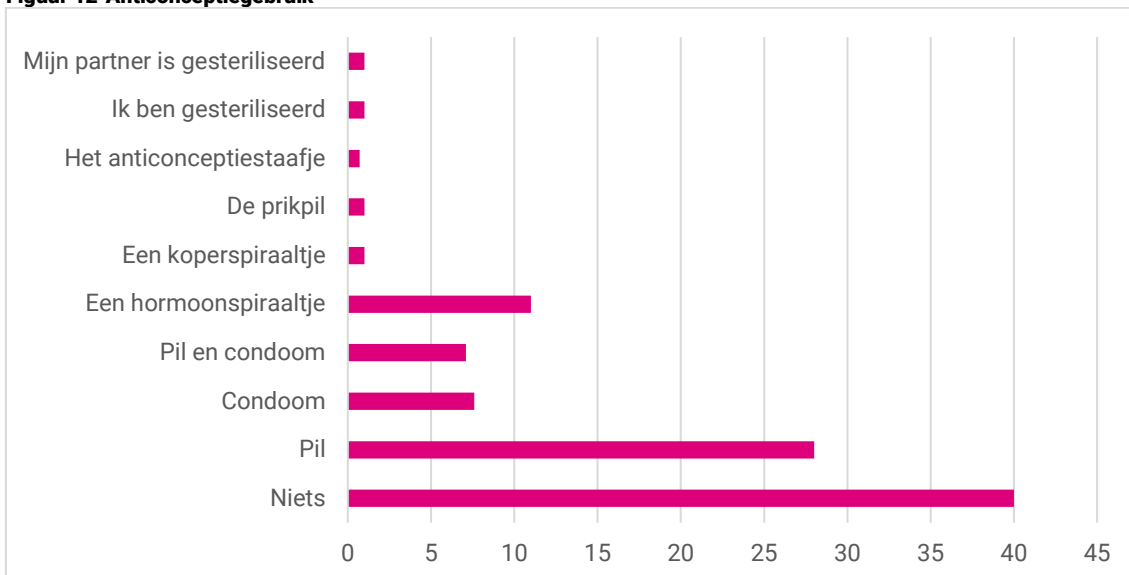


Negenentwintig personen geven aan dat ze zich tijdens de coronacrisis wel wilden laten testen op hiv of andere soa, maar dit niet hebben gedaan. Die groep is dus klein, maar groter dan de groep die zich wél heeft laten testen. Bovendien geven 19 van de 29 personen een reden die te maken heeft met de coronacrisis of -maatregelen, bijvoorbeeld dat ze dachten dat hulpverleners het te druk hadden, dat ze zich niet wilden laten testen uit angst voor corona of dat de soa poli dicht was of geen plek had.

### Anticonceptie en (risico op) onbedoelde zwangerschap

Een groot deel (35%) van alle vrouwen gebruikt de anticonceptiepil, al dan niet gecombineerd met condooms. Daarnaast is het hormoonspiraaltje een veel gebruikte anticonceptiemethode. Veertig procent van alle vrouwen gebruikt geen anticonceptie, meestal omdat ze geen geslachtsgemeenschap hebben (36%), zwanger zijn of willen worden (17%), onvruchtbaar zijn (16%) of een onvruchtbare partner hebben (17%). Vijf procent van de vrouwen gebruikt geen anticonceptie maar geeft hiervoor niet één van de hierboven genoemde redenen. Deze vrouwen lopen een risico om onbedoeld zwanger te raken. Dit percentage is vergelijkbaar met cijfers uit het laatste Seksuele Gezondheid in Nederland onderzoek (8%).

**Figuur 12 Anticonceptiegebruik**



Elf procent van alle vrouwen geeft aan dat ze tijdens de coronacrisis een anticonceptiemiddel wilden gaan gebruiken, dat ze wilden overstappen naar een andere methode of dat hun huidige anticonceptie op was of vervangen moest worden. Voor de helft (52%) van deze vrouwen was contact met zorg hiervoor niet nodig. Zij konden bijvoorbeeld met een herhaalrecept zelf naar de

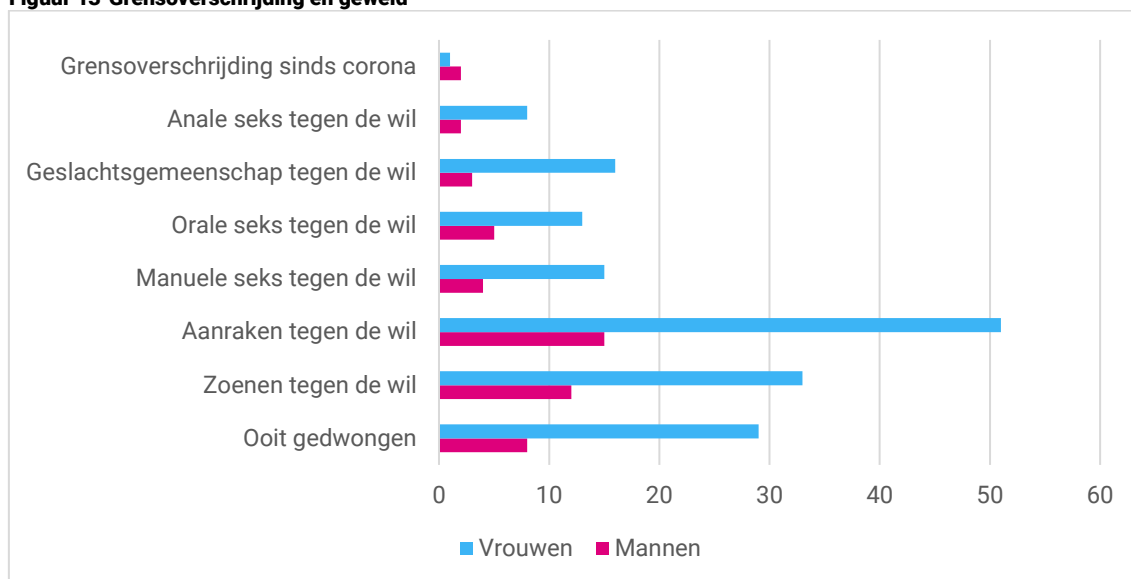
apotheek. De rest van de vrouwen gaven over het algemeen aan dat ze goed terecht konden bij de zorg (37%). Negen procent van deze vrouwen (n=13) gaf aan dat ze niet goed terecht konden bij de zorg om aan corona gerelateerde redenen, bijvoorbeeld omdat ze dachten dat zorgverleners geen tijd zouden hebben of omdat ze bang waren voor besmetting. Een kwart (25%) van alle anticonceptiegebruiksters moest tijdens de coronacrisis anticonceptie ophalen bij de apotheek. Voor 93% van deze vrouwen was hun eigen methode beschikbaar, 5% (n=9) kreeg een andere methode mee, 2% (n=1) kreeg niks mee.

Eenendertig vrouwen (4,3%) zijn zwanger (geweest) in de coronacrisis. Vrijwel al deze zwangerschappen waren of zijn gewenst. Vier vrouwen wilden niet zeggen of de zwangerschap gewenst was of is. Voor één vrouw was de zwangerschap ongewenst. Deze zwangerschap is afgebroken en deze vrouw kon hiervoor goed terecht in de abortuskliniek.

### Seksuele grensoverschrijding en geweld

Seksuele grensoverschrijding en geweld komt in het algemeen veel voor, vooral bij vrouwen. In dit onderzoek geeft 29% van de vrouwen en 8% van de mannen aan wel eens te zijn gedwongen tot seksuele handelingen. Zestien procent van de vrouwen en 3% van de mannen in dit onderzoek heeft geslachtsgemeenschap tegen de wil meegemaakt. Deze cijfers zijn opvallend hoger dan in het onderzoek Seksuele Gezondheid in Nederland. Dat kan niet betekenen dat de prevalentie van seksueel geweld in drie jaar tijd fors is toegenomen, omdat we hier naar de levenslange prevalentie kijken en dus grotendeels naar dezelfde periode. Dit verschil zou iets te maken kunnen hebben met een verschil in steekproef, omdat we voor het huidige onderzoek gebruik maken van een online panel en voor het onderzoek Seksuele Gezondheid in Nederland van een aselechte steekproef uit de bevolking. Het is echter ook goed mogelijk dat hier een effect zichtbaar is van de MeToo-beweging: een beweging tegen seksueel geweld die in oktober 2017 gestart is. De data van Seksuele Gezondheid in Nederland is vlak voor deze beweging verzameld. Het is niet ondenkbaar dat mensen zich er sindsdien veel bewuster van zijn dat zij seksuele handelingen tegen hun wil hebben meegemaakt en het daardoor eerder rapporteren.

**Figuur 13 Grensoverschrijding en geweld**



Twee procent van de vrouwen en 1% van de mannen maakte seksuele grensoverschrijding mee tijdens de coronacrisis. Dit is een te kleine groep om te kunnen zeggen of seksueel geweld door de coronacrisis en bijbehorende maatregelen vaker voorkomt dan normaal gesproken.

### Conclusie

Singles hebben minder seks dan voor de coronacrisis. Een derde van de single mannen en de helft van de single vrouwen die in het afgelopen half jaar seks hadden, heeft sinds corona geen seks meer gehad. Singles van 18-24 jaar zijn daarnaast duidelijk minder tevreden over hun seksleven dan voor de corona crisis. Ook personen in een LAT-relatie geven aan dat ze sinds corona wat minder vaak

seks hebben. Mogelijk heeft een deel van hen zich aan het advies gehouden om geen seks te hebben als je niet samenwoont. Jonge samenwoners van 18-24 jaar hebben sinds corona juist iets vaker seks. Zij zijn ook iets meer tevreden over hun seksleven dan voor de corona crisis.

Van de mensen van 18 tot 50 jaar die in coronatijd seks hadden, geeft 2% aan dat de laatste sekspartner een onenightstand was en voor 8% was dit een losse partner (geen relatie) met wie ze vaker seks hadden. Voor corona was dat respectievelijk 16% en 33%. Dit reflecteert dat mensen die seks hebben met losse partners voor corona vaker zijn gestopt met seks dan mensen die seks hadden met een vaste partner. Daardoor is de groep mensen voor wie de laatste sekspartner een vaste partner was, sinds corona groter geworden (van 51% voor corona naar 90% na corona). Voor de singles die tijdens corona seks hadden met een vaste partner, is deze relatie daarna blijkbaar verbroken. Drie procent van de mensen die seks hadden in de afgelopen 6 maanden had tijdens corona meer dan één sekspartner.

Onder volwassenen van 18 jaar en ouder verandert er weinig wat betreft masturberen en porno kijken. Onder de single mannen (13%) en vrouwen (18%) zien we nog een lichte toename in pornogebruik, maar bij 15% van de samenwonende 18-plus mannen neemt masturbatie en pornogebruik juist af. Wellicht is het voor volwassenen die samenwonen met hun partner, lastiger om een privé plek te vinden voor pornogebruik en masturbatie tijdens corona. Onder singles worden datingapps vaker gebruikt sinds corona, maar dat leidt niet tot meer uitwisselen van naaktfoto's en seksfilmpjes.

Twee van de volwassenen van 18-50 jaar heeft zich laten testen op soa en/of hiv tijdens de coronacrisis. Een iets grotere groep wilde zich wel laten testen, maar heeft dat niet gedaan. Meestal worden hiervoor aan corona gerelateerde redenen gegeven, bijvoorbeeld omdat ze dachten dat hulpverleners het te druk hadden, omdat ze zich niet wilden laten testen uit angst voor corona of omdat de soa-poli dicht was of geen plek had.

Het risico op een onbedoelde zwangerschap lijkt tijdens de corona crisis niet veel groter dan normaal, omdat het percentage vrouwen dat geen anticonceptie gebruikt, terwijl ze wel seks hebben en vruchtbaar zijn en niet zwanger zijn of willen worden, hetzelfde is gebleven. Wij verwachten over negen maanden dan ook geen nieuwe babyboom. Wel is het zo dat dat niet alle vrouwen gebruik (kunnen) maken van de anticonceptiezorg die ze nodig hebben. Van de vrouwen die (andere) anticonceptie wilden gebruiken of van wie de anticonceptie op was of vervangen moest worden tijdens de coronacrisis, is 9% niet naar de huisarts, GGD of het ziekenhuis gegaan, omdat ze de zorg niet tot last wilden zijn, bang waren voor besmetting of doordat de huisarts, GGD of het ziekenhuis deze zorg tijdelijk niet bood.