

Seksuele gezondheid in Nederland 2017

Samenvatting

Seksuele gezondheid in Nederland 2017 is een grootschalig representatief onderzoek naar de seksuele gezondheid van volwassenen van 18 tot 80 jaar in Nederland. Rutgers voerde dit periodieke onderzoek drie keer eerder uit. In 2017 maakt dit onderzoek voor het eerst deel uit van de Leefstijlmonitor (Seksuele Gezondheid in Nederland/ Leefstijlmonitor: Rutgers i.s.m. RIVM, 2017). Ook werd dit onderzoek onder volwassenen voor het eerst samen met het onderzoek Seks onder je 25e (onder jongeren) uitgevoerd (Seks onder je 25e/Leefstijlmonitor: Rutgers/Soa Aids Nederland i.s.m. RIVM, 2017).

In het onderzoek Seks onder je 25e hebben 15 van de 25 GGD'en gebruik gemaakt van de mogelijkheid om zicht te krijgen op de seksuele gezondheid van jongeren in hun eigen regio met een opgehoogde steekproef. Omdat de jongeren van 18 jaar en ouder uit dit onderzoek ook deel uitmaken van Seksuele Gezondheid in Nederland heeft dit zijn weerslag gehad op het aantal volwassenen die deelnamen. Ruim 17.000 personen van 18 tot 80 jaar vulden een vragenlijst in over een breed scala van aan seksualiteit gerelateerde thema's. Door weging is een representatieve steekproef samengesteld voor de Nederlandse bevolking. De resultaten laten zien hoe het is gesteld met de seksuele gezondheid in Nederland.

Positieve seksuele beleving

De meeste Nederlanders zijn gelukkig met hun partner, tevreden met hun uiterlijk en tevreden met de kwaliteit van hun seksleven. Als ze ontevreden zijn gaat het over hoe vaak ze seks hebben: een kwart van de mannen en een op de vijf vrouwen is hier (erg) ontevreden over. Mannen ervaren meer positieve gevoelens rondom seks dan vrouwen. Zo zegt 92% van de mannen en 75% van de vrouwen erg te genieten van seks. Onder jongeren tot 25 jaar zijn de verschillen tussen mannen en vrouwen in seksuele beleving kleiner. Ook zijn er belevingsaspecten waarin mannen en vrouwen opvallend weinig verschillen. Zo hebben mannen én vrouwen zowel seks uit liefde als uit lust.

Opvattingen over het algemeen progressief

De opvattingen over seksualiteit zijn in Nederland overwegend tolerant: een kleine minderheid vindt seks voor het huwelijk of masturbatie verkeerd. Ook staan Nederlanders positief tegenover seksuele voorlichting op scholen. Negen van de tien mannen en vrouwen vindt dat dit verplicht moet zijn. Voor een aantal thema's zijn de opvattingen echter minder eenduidig. Zo vindt in principe vrijwel

niemand dat aanranding meestal is uitgelokt, maar worden voor online grensoverschrijding andere maatstaven gehanteerd. Een op de drie mannen en een op de vier vrouwen vindt dat een online naaktfoto je eigen schuld is. En hoewel een meerderheid van de mannen (71%) en vrouwen (80%) homoseksualiteit normaal vindt, werd toch 25% van de homo- en biseksuele mannen en 15% van lesbische en biseksuele vrouwen in het afgelopen jaar uitgescholden.

Seksueel gedrag met een partner

Levenslang heeft vrijwel iedereen wel eens seks met een partner. Ongeveer een op de twintig 25-plussers heeft die ervaring niet. Driekwart van de volwassen Nederlanders had in het afgelopen half jaar seks met een partner. Dat is voor 86% van de mannen en 90% van de vrouwen in deze groep een vaste partner. Nederlanders hebben een gevarieerd en gelijkwaardig seksueel gedragsrepertoire. Het geven en ontvangen van manuele en orale seks komt bijvoorbeeld even vaak voor. Vijf van de zes 25-plussers hebben niet meer dan drie keer per maand seks. Het veel gehoorde gemiddelde van 'twee keer per week' wordt dus door de meeste stellen niet gehaald.

Soloseks

De meeste mannen en vrouwen hebben de afgelopen 6 maanden gemasturbeerd, maar onder mannen is die groep aanzienlijk groter (84%) dan onder vrouwen (67%). Mannen masturberen ook vaker dan vrouwen: 40% van de mannen doet dit wekelijks, tegenover 14% van de vrouwen. Mannen kijken vaker naar porno dan vrouwen. Van de mannen keek 71% de afgelopen 6 maanden naar porno, bij vrouwen is dat 29%. Porno kijken vervangt of belemmert voor de meeste mensen niet de seks met een partner. Mensen die vaker porno kijken hebben juist vaker seks met een partner.

Ouderen minder seksueel actief

Seksuele activiteit (zowel solo als met een partner) neemt af met het ouder worden. Van de 25- tot en met 39-jarigen had 85% het laatste half jaar seks met een partner. Onder 70-plussers is dat 51%. Naast leeftijd heeft dit vooral te maken met het al dan niet hebben van een partner. Van de 70-plussers met een partner had 62% de afgelopen 6 maanden seks.

Singles actief in sexting en daten

Sexting (het maken en versturen van persoonlijke naaktfoto's of seksfilmpjes) en afspreken en seks via datingapps komen het meest voor onder 18- tot en met 24-jarigen en onder mensen zonder vaste relatie. Als we alleen kijken naar de mensen zonder vaste relatie, blijken mensen van 25 tot en met 39 jaar echter minstens net zo vaak aan sexting en online daten te doen. Binnen de groep

singles had bijvoorbeeld 22% van de mannen en 15% van de vrouwen het afgelopen half jaar seks met iemand die ze via een datingapp hadden ontmoet. Dat is meer dan onder singles onder de 25 jaar. Mensen zonder partner hebben daarnaast ook meer verschillende sekspartners (levenslang en recent) dan mensen met een partner.

Homoseksuele, lesbische en biseksuele personen

Ongeveer 4% van de mannen en vrouwen voelt zich evenveel, vooral of uitsluitend aangetrokken tot seksegenoten. Deze mensen verschillen op veel punten niet van heteroseksuele personen. We zien bijvoorbeeld geen verschil in seksfrequentie, positieve seksuele gevoelens, seksueel zelfvertrouwen, het gemak om over seks te praten, seksuele problemen en lichaamsbeeld. Toch zijn er ook verschillen. Homoseksuele, biseksuele en lesbische personen doen bijvoorbeeld meer aan online daten dan heteroseksuele personen. Homo- en biseksuele mannen hebben daarnaast meer ervaring met sexting, seksuele grensoverschrijding en betaalde seks dan heteroseksuele mannen.

Anticonceptiegebruik hoog

Het anticonceptiegebruik is in Nederland hoog. De anticonceptie pil is in Nederland al sinds jaren het meest gebruikte anticonceptiemiddel (30%). Vooral jonge vrouwen maken hier gebruik van: 63% van de seksueel actieve vrouwen 18 tot en met 24 gebruikt de pil. Onder oudere vrouwen wint het spiraal aan populariteit: 18% van de vrouwen van 40 tot en met 49 jaar gebruikt een spiraal.

Toch ongepland zwanger

Ondanks het hoge anticonceptiegebruik loopt nog 8% van de vrouwen van 18 tot en met 49 jaar risico op een ongeplande zwangerschap, omdat ze wel geslachtsgemeenschap hebben, geen anticonceptie gebruiken, vruchtbaar zijn en niet zwanger zijn of willen worden. Van de vrouwen en de mannen had 2,9% het afgelopen jaar te maken met een ongeplande zwangerschap. Een deel van deze zwangerschappen is ongewenst (bij 1,7% van de vrouwen en 0,4% van de mannen). Opvallend is dat twee van de vijf personen die te maken kregen met een ongeplande zwangerschap, aangeven dat er wel anticonceptie werd gebruikt. Het grootste deel hiervan geeft aan dat de anticonceptie niet altijd werd gebruikt of dat er iets mis ging in het gebruik. Ook vrouwen die anticonceptie gebruiken kunnen dus risico lopen op een ongeplande zwangerschap.

(Bescherming tegen) soa en/of hiv

Condoms worden vaak achterwege gelaten bij de laatste sekspartner, ook als dit een *onenightstand* of losse partner is. Binnen de groep mensen voor wie de laatste sekspartner een onenightstand was, gebruikte 42% van de mannen en 55% van de

vrouwen met deze partner geen condoom. Condoomgebruik neemt af naarmate men ouder wordt en is lager onder mensen met een vaste partner. Binnen langdurige relaties kiest ongeveer een op de drie ervoor om in het begin condooms te gebruiken en hier na kortere of langere tijd mee te stoppen. Binnen deze groep geven acht van de tien personen aan dat zij en hun partner hierbij beide niet getest zijn op soa. Een op de drie vrouwen en een kwart van de mannen heeft zich ooit in het leven laten testen op soa. Dit gebeurde bij ongeveer de helft van de testers bij de huisarts. De andere helft bezoekt hiervoor de soa-poli of het ziekenhuis.

Seksueel geweld en grensoverschrijding

Tweeëntwintig procent van de vrouwen en 6% van de mannen heeft manuele, orale, vaginale of anale seks tegen de wil meegemaakt en/of is gedwongen om seksuele dingen te doen die ze niet wilden. Als je zoenen en seksueel aanraken tegen de wil meetelt, is dit percentage nog veel hoger, namelijk 53% van de vrouwen en 19% van de mannen. Vijf procent van de vrouwen en 2% van de mannen heeft seksueel geweld meegemaakt voor hun 12e jaar. Elf procent van de vrouwen heeft ooit geslachtsgemeenschap tegen haar wil gehad, tegenover 1% van de mannen.

Gevolgen van seksueel geweld

Het meemaken van seksueel geweld heeft bij een aanzienlijk deel van de slachtoffers ingrijpende gevolgen. Bijna de helft van de mannen en meer dan de helft van de vrouwen heeft naar eigen zeggen klachten of problemen als gevolg van de ervaring met seksueel geweld. Het gaat hierbij vooral over psychische, seksuele en relationele problemen. Mensen die seksueel geweld hebben meegemaakt, hebben ook een minder goede psychische gezondheid. Gezien de omvang van het probleem en de gevolgen die het voor de slachtoffers heeft, is preventie van seksueel geweld en seksuele grensoverschrijding van het grootste belang.

Seksuele problemen

Elf procent van de mannen en 15% van de vrouwen heeft tenminste één seksueel probleem, dat vaak of altijd voorkomt en waar men behoorlijk of erg veel last van heeft. Bij mannen komen erectieproblemen (6%) en vroegtijdig klaarkomen (3%) het meest voor. Bij vrouwen gaat het vooral om problemen met subjectief seksueel verlangen (7%), vochtig worden (6%), pijn (5%) en orgasme (4%). Bij mannen komen seksuele problemen vooral voor bij 70-plussers, terwijl seksuele problemen bij vrouwen juist het meest voorkomen onder de 25 jaar. In beide groepen is dit 21%.

Seks en gezondheid

Lichamelijke gezondheid is een belangrijke voorspeller van seksueel gedrag en seksuele problemen. Hoe vaak mensen seks hebben, hangt het sterkst samen met hoe gezond ze zijn. De kans op een seksueel probleem is ongeveer twee keer zo groot als iemand een chronische ziekte of aandoening heeft en/of hiervoor medicijnen gebruikt.

Over vier jaar inzicht in veranderingen

Dankzij de integratie van Seksuele Gezondheid in Nederland in de Leefstijl Monitor konden we in 2017 voor het eerst gebruik maken van een door het CBS aselekt getrokken steekproef uit de Gemeentelijke Basis Administratie (GBA). Voor de onderzoeken in 2006, 2009 en 2012 maakten wij gebruik van een online panel. Een GBA steekproef betekent een enorme verbetering van de kwaliteit van het onderzoek. De trendbreuk in de wervingsmethode brengt echter met zich mee dat het niet mogelijk is de resultaten met eerdere metingen te vergelijken. Bij de volgende editie van de monitor Seksuele gezondheid in Nederland over vier jaar kunnen we iets zeggen over veranderingen in de tijd.