

# Lichen planus en intimiteit, een bijzonder ervaringsverhaal.

Tekst Margriet van Pelt



Lichen planus en intimiteit, een bijzonder ervaringsverhaal.



‘Je kunt op veel manieren vrijen.’

Aan het woord is Gazelle, een vrouw van begin 70. Gazelle is de naam die ze voor dit verhaal heeft gekozen. Behalve orale lichen planus (OLP) heeft ze ook de vulvaire vorm (VLP).

Zo’n 12 jaar geleden werd ze door de mondhygiëniste doorverwezen omdat ze LP zou hebben. Ze had er jaren geen last van, later kreeg ze veel pijn. Nu laat ze 8x per jaar bij parodontologie haar gebit schoonmaken. Dat is een pijnlijke behandeling, die daarom in gedeeltes wordt uitgevoerd. Het dagelijkse tanden poetsen kost ook veel tijd, want dat moet heel voorzichtig gebeuren.

De VLP was lang sluimerend aanwezig, zonder dat ze het wist. De huisarts schreef zalfjes voor die tijdelijk hielpen tegen de jeuk en de pijn. Later werd door de gynaecoloog vulvaire LP vastgesteld. Door regelmatig te smeren met dermovate zalf blijven de jeuk en de pijn weg. Wel zijn door de VLP de kleine schaamlippen verdwenen en zijn er vergroeiingen in de vulva. Gazelle heeft 2 kinderen die geboren zijn vóór ze VLP kreeg. ‘Met VLP zou dat nooit mogelijk zijn geweest,’ zegt ze. Ongeveer tegelijk met de diagnose VLP kreeg Gazelle een nieuwe relatie. Een nieuwe partner is altijd spannend, vooral als je intiemer met elkaar wordt. Hoe vertel je je partner dat je een probleem hebt in het genitale gebied waardoor gewone seks met penetratie niet mogelijk is? Hoe moeilijk is dat? Hoeveel vertrouwen heb je in elkaar, hoeveel moeite kun jij, kan je partner, opbrengen, om een oplossing te vinden? Hoe kwetsbaar durf jij je op te stellen? Hoe lang kunnen jullie dat zoeken volhouden? En gaat dat tenslotte lukken?

Gazelle had geluk. Haar partner heeft er nooit een probleem van gemaakt en zelf was ze er ook heel open over. Ze hebben veel tijd genomen om elkaar langzaam te leren kennen en om te ontdekken welke mogelijkheden er waren om intiem met elkaar om te gaan. Gazelle heeft heel goed haar grenzen aangegeven en ervoor gezorgd dat ze zich altijd veilig voelde. ‘Wij hebben veel aan elkaar

gevraagd, vind je dit fijn, hoe voelt dat, wil je dit eens proberen? En samen filmpjes over seksualiteit gekeken (geen porno) om ideeën op te doen. Zo zijn we in de loop van de tijd naar elkaar toegroeid. En we zijn allebei heel tevreden over hoe we vrijen.'

Gazelle vindt het wel fijn dat zij en haar partner niet meer zo jong zijn. Want voor jonge mensen is het veel moeilijker om een goede balans te vinden. En dan kun je jezelf ook heel bezwaard voelen tegenover je gezonde partner.

Is Gazelle ook zo open tegenover anderen? Met haar oudere zus heeft ze het wel erover gehad, maar met mensen uit haar omgeving verder niet. Het is best een lastig onderwerp. Praten over orale LP is veel gemakkelijker. De mensen begrijpen wel dat je bepaalde dingen niet kunt eten omdat je mond dan pijn doet. Dan eet je gewoon iets wat geen last geeft. En je partner kan iets anders eten. Maar met intimiteit ben je met zijn tweeën, en moet je er samen uit zien te komen.

Intimiteit is nu geen moeilijk punt meer voor Gazelle en haar partner. Daar hebben ze samen veel moeite voor gedaan. Veel gepraat en aan elkaar gevraagd, en zoeken wat wél kan in plaats van treuren om wat niet kan. 'Dat was best moeilijk in het begin,' zegt Gazelle.

Intimiteit is gebaseerd op vertrouwen. Alleen in dat vertrouwen kun je je kwetsbaar opstellen en praten over moeilijke dingen. Het verhaal van Gazelle laat zien dat je er samen uit kunt komen.