

Toegankelijke transgenderzorg voor mensen met een LVB

18 december 2025



Tijdens het lustrumsymposium van de NVAVG gaf orthopedagoog Jessica Maes een workshop over genderdiversiteit bij mensen met een LVB. In dit artikel deelt ze inzichten, praktische tips en handvatten om vragen over genderdiversiteit te signaleren en bespreekbaar te maken.

Inleiding

In de verstandelijk gehandicaptenzorg groeit de aandacht voor diversiteit in gender en seksualiteit. Hulpverleners uit zowel de begeleiding voor personen met een licht verstandelijke beperking (LVB) als hulpverleners uit de transgender zorg, zien steeds vaker cliënten met een LVB met vragen of gevoelens rond genderidentiteit, blijkt uit

eigen onderzoek. Zij noemen zichzelf transgender, non-binair, of weten nog niet precies wat bij hen past. De combinatie van LVB en genderdiversiteit is in de praktijk echter nog weinig onderzocht en wordt in veel organisaties onvoldoende herkend. De website www.transtoegankelijk.nl speelt hierin een vernieuwende rol. Het platform biedt kennis, materialen en handvatten voor begeleiders en zorgprofessionals om transgender en non-binaire mensen met een LVB beter te ondersteunen.

Voor artsen VG is dit een belangrijk thema. Zij bevinden zich vaak op het snijvlak van medische zorg, begeleidingsvragen en ethische afwegingen. Een genderidentiteitsvraag bij iemand met een LVB raakt immers niet alleen het persoonlijke domein, maar ook dat van gezondheid, autonomie en netwerkondersteuning. Dit artikel biedt een overzicht van wat de arts VG kan doen om de zorg voor deze groep passender te maken.

Relevantie voor de arts VG

De arts VG speelt een cruciale rol in het signaleren van gendergerelateerde thema's. Veel cliënten met een LVB vinden het moeilijk om over hun gendergevoelens te praten, omdat ze niet de juiste woorden kennen of bang zijn voor afwijzing. Wanneer een arts genderdiversiteit open benoemt, kan dat een belangrijke erkenning betekenen. Daarbij vraagt deze groep om specifieke zorgvuldigheid.

Mensen met een LVB hebben vaak ondersteuning nodig bij zelfinzicht en communicatie. Dat geldt des te meer bij thema's als genderidentiteit, die sterk met zelfbeeld en emoties verweven zijn. In de praktijk is het belangrijk dat de arts VG ruimte schept voor verkenning. Eenvoudige taal, herhaling en visuele ondersteuning kunnen helpen om gevoelens bespreekbaar te maken en de precieze ondersteuningsbehoefte te verduidelijken. Ook het netwerk rond de cliënt verdient nadrukkelijke aandacht. Ouders, begeleiders en woonbegeleiding kunnen onzeker of terughoudend zijn, soms uit onbekendheid of uit zorg. De arts VG kan hier een verbindende rol spelen: uitleg geven, vragen beantwoorden en zorgen bespreekbaar maken. Daarmee ontstaat een veilige context waarin de cliënt zijn, haar of diens gevoelens kan verkennen.

Communicatie en visuele ondersteuning

Communicatie is bij deze doelgroep een sleutel. Abstracte begrippen als 'genderidentiteit' of 'non-binair' kunnen complex zijn voor iemand met een LVB. De arts VG kan veel bereiken door taal te vereenvoudigen en voorbeelden te gebruiken. Een gesprek over gender wordt concreter wanneer iemand mag vertellen hoe die zich voelt bij kleding, naam of aanspreekvorm. Visuele hulpmiddelen spelen daarbij een

grote rol. TransToegankelijk biedt onder meer praatplaten, pictogrammen en eenvoudig beeldmateriaal dat helpt om op een toegankelijke manier over gender te praten. Daarnaast is er een gratis te downloaden praatkaart beschikbaar: de 'Wat wil ik?' transgenderkaart. Deze kaart ondersteunt mensen bij het verkennen van welke stap(pen) zij eventueel willen zetten in hun transitieproces en kan gebruikt worden in gesprekken met professionals, naasten of tijdens zelfreflectie. Een stripverhaal of fotoset kan bijvoorbeeld laten zien dat er verschillende manieren zijn om jezelf te uiten. Ook een tijdlijn met stappen of een emotiekaart helpt om gevoelens en wensen bespreekbaar te maken. Door beeld te gebruiken, wordt het onderwerp tastbaar en minder bedreigend.

Samenwerking in de keten

Genderdiversiteit raakt aan verschillende domeinen: medische zorg, begeleiding, psychologische ondersteuning en maatschappelijke participatie. De arts VG kan de verbindende schakel zijn tussen deze werelden. Samenwerking met genderpoli's, GGZ, orthopedagogen en woonbegeleiding is essentieel. Een belangrijk onderdeel van de verantwoordelijkheid van de arts VG is de signaleringsfunctie binnen de gehele zorgketen rondom genderdiversiteit. Transgender personen met een LVB kunnen verschillende hulpmiddelen gebruiken om hun lichaam meer in overeenstemming te brengen met hun genderbeleving, zoals het dragen van een binder om de borst platter te maken of tucking, waarbij de penis en teelballen strak tegen het lichaam worden geplaatst. Wanneer deze hulpmiddelen verkeerd worden gebruikt, kunnen lichamelijke klachten ontstaan, zoals pijn op borst en rug, ademhalingsproblemen, huidirritatie of wondjes. Ook onjuist of ongebeleid gebruik van hormonen komt voor en kan serieuze gezondheidsrisico's met zich meebrengen.

De arts VG dient daarom alert te zijn op signalen van lichamelijke overbelasting of letsel, maar ook op psychische klachten die samen kunnen hangen met genderdysforie, zoals stress, angsten of de confrontatie met (delen van) het lichaam waarbij genderlast wordt ervaren. Het is essentieel dat de arts hierover open, zorgvuldig en niet-veroordelend het gesprek voert. De centrale vraag blijft steeds: wat is voor deze persoon passend, in een gezonde balans tussen lichamelijk en mentaal welzijn? Soms kan een kleine aanpassing of medische controle klachten voorkomen, terwijl erkenning van de genderbeleving juist bijdraagt aan psychisch welzijn.

Wanneer lichamelijke of psychische signalen wijzen op problemen die verband houden met genderbeleving, heeft de arts VG een belangrijke rol in het initiëren van multidisciplinair overleg. Door tijdig te signaleren, bespreekbaar te maken en andere professionals te betrekken, blijft de zorg goed afgestemd op de persoon en worden risico's zo veel mogelijk voorkomen.

Naast de signaleringsfunctie heeft de arts VG ook een belangrijke doorverwijsfunctie richting een passend genderteam. Hiervoor is het essentieel dat de arts VG goed op de hoogte is van de werkwijze, expertise en toegangscriteria van genderteams, zodat de cliënt op de juiste plek terechtkomt. Wanneer een cliënt een wens uit voor medische genderbevestigende zorg (zoals hormonale behandeling of chirurgische ingrepen) dient de arts VG alert te zijn op de mogelijkheden binnen het doorverwijzende genderteam en te beoordelen of dit team de gewenste zorg kan bieden. Op deze manier wordt de continuïteit en kwaliteit van zorg geoptimaliseerd.

Ethiek en autonomie

Een terugkerend spanningsveld bij deze doelgroep is de balans tussen autonomie en bescherming. Mensen met een LVB hebben recht op eigen keuzes, maar hebben vaak ondersteuning nodig om de gevolgen van hun beslissingen goed te kunnen overzien.

Er wordt gestreefd naar een multidisciplinaire samenwerking tussen zorgprofessionals en professionals uit de transgenderzorg om de haalbaarheid van een behandeling en/of chirurgische ingreep. Daarbij is het essentieel om steeds opnieuw te bekijken welke routes binnen de genderbevestigende zorg passend zijn voor de persoon. Zo kan een relatief overzichtelijke interventie, zoals laserbehandeling voor het verwijderen van gezichtsbeharing, goed haalbaar en passend zijn, terwijl een zwaardere chirurgische ingreep met intensieve nazorg mogelijk niet aansluit bij de wens of draagkracht. Binnen dit beslissingsproces is het cruciaal dat iemand de stappen kan begrijpen en overzien om zo een weloverwogen keuze te kunnen maken.

De arts VG kan daarbij, in samenwerking met professionals van het genderteam, een belangrijke rol spelen in het aanbieden van passende, begrijpelijke en correcte informatie aan de persoon met een LVB. Deze informatievoorziening vormt een absolute voorwaarde om tot weloverwogen keuzes te komen. In dit proces biedt de arts VG ruimte voor zelfbeschikking, terwijl tegelijkertijd zorgvuldig wordt bewaakt of beslissingen begrijpelijk, realistisch en daadwerkelijk gedragen zijn door de persoon zelf.

Monitoring en nazorg

Een gendertransitie is geen eenmalig moment, maar een proces. Voor mensen met een LVB kan dat proces grillig verlopen, met periodes van twijfel, euforie en onduidelijkheid. Regelmatige evaluatie is daarom cruciaal. De arts VG kan hierin een stabiele factor zijn, die de vinger aan de pols houdt bij stemming, veilige context en lichamelijke gezondheid.

Nazorg betekent ook aandacht hebben voor succesmomenten: wanneer iemand zich beter voelt in zijn lichaam of meer geaccepteerd wordt door de omgeving. Uiteraard verdienen ook de kleine stappen erkenning!

Slotbeschouwing

Transgender en non-binaire personen met een LVB verdienen ondersteuning waarin ze gezien en begrepen worden. De arts VG kan hierin het verschil maken door genderdiversiteit niet te zien als een bijzonder thema, maar als een vanzelfsprekend onderdeel van persoonsgerichte zorg. De website TransToegankelijk biedt daarvoor toegankelijke kennis en praktische tools: begrijpelijke uitleg, visuele middelen en handvatten voor samenwerking.

De kern van toegankelijke transgenderzorg ligt in drie woorden: signaleren, ondersteunen en afwegen. Signaleren van wat zichtbaar en voelbaar is, ondersteunen bij zelfexpressie en sociale veiligheid, en zorgvuldig afwegen tussen lichamelijk en psychisch welzijn. Zo wordt de zorg niet alleen inclusief, maar ook werkelijk passend voor ieder mens — ongeacht verstandelijk niveau of genderidentiteit.

Over de auteur

Jessica Maes is orthopedagoog, werkzaam in de transgenderzorg en initiatiefnemer van www.transtoegeankelijk.nl. Zij geeft regelmatig scholing aan jaargroepen van artsen VG over genderdiversiteit en LVB. In haar interactieve lessen brengt zij jarenlange praktijkervaring samen met de nieuwste wetenschappelijke inzichten, met als doel de zorg daadwerkelijk toegankelijker te maken voor transgender en non-binaire mensen met een verstandelijke beperking. Neem contact met haar op via: www.transtoegeankelijk.nl/contact.

Wat is TransToegankelijk.nl?

TransToegankelijk is een kennis- en ondersteuningsplatform ontwikkeld door orthopedagoog Jessica Maes. De website is bedoeld als toegankelijke bron voor begeleiders, zorgprofessionals en organisaties. Ze bevat wetenschappelijke artikelen, toegankelijke uitleg, ervaringsverhalen, trainingen en een sociale kaart met gespecialiseerde hulpverleners per provincie. Het doel is helder: kennis en handelingsverlegenheid verkleinen, zodat mensen met LVB die transgender of non-binair zijn niet tussen de wal en het schip raken.

De kracht van TransToegankelijk ligt in de verbinding tussen kennis en praktijk. De informatie is niet alleen inhoudelijk sterk, maar ook concreet toepasbaar. Het platform biedt bijvoorbeeld tips om taalgebruik aan te passen, uitleg in begrijpelijke woorden te

geven en visuele hulpmiddelen te gebruiken bij gesprekken over gender. Daarmee sluit het goed aan bij de dagelijkse realiteit van de arts VG: complexe thema's toegankelijk maken voor mensen die moeite hebben met abstract denken of ingewikkelde terminologie.

Dit artikel komt uit de [december-editie van TAVG 2025](#).