Vulva en penis

Huidklachten aan de geslachtsdelen: wat het kan zijn en wie je helpt

Het doel van deze folder

Deze folder is voor iedereen met vragen over de huid van de vulva of de penis. Je leest wat normaal is, welke klachten vaak voorkomen, wat je zelf kunt doen en wanneer je naar de huisarts gaat. Deze folder stelt geen diagnose.

Wanneer naar de huisarts?

Je huisarts kijkt vaak naar de geslachtsdelen. Je hoeft je niet te schamen.

Bel dezelfde dag bij

- de voorhuid zit vast achter de eikel en de eikel zwelt op
- heel veel pijn met blaasjes of wondjes, of je kunt niet goed plassen
- snel erger wordende roodheid en zwelling, met koorts
- een dikke, erg pijnlijke zwelling bij de ingang van de vagina

Maak een gewone afspraak bij

- jeuk of pijn die na 2 weken goede verzorging niet minder is
- een wondje dat niet geneest
- een bultje dat groeit, of een ruwe, harde of witte plek
- een schimmel die steeds terugkomt
- pijn bij het vrijen
- zorgen over een soa

Buiten kantoortijd bel je bij spoed de huisartsenpost. Twijfel je? Ook dan mag je gaan.

De huid van de geslachtsdelen

De vulva en de penis hebben een dunne, gevoelige huid. Een deel ervan is slijmvlies, zoals aan de binnenkant van de kleine schaamlippen en op de eikel. Die huid reageert snel op zeep, wrijving, vocht en warmte. Ook gewone huidziekten zoals eczeem en psoriasis kunnen hier voorkomen, en ze zien er dan vaak anders uit dan elders op het lichaam.

Veel mensen vinden het lastig om over klachten aan hun geslachtsdelen te praten. Daardoor lopen ze er soms lang mee rond. Je huisarts kijkt hier vaak naar. Een klacht aan je geslachtsdelen is een huidklacht zoals elke andere.

Wat normaal is

Geen vulva en geen penis ziet er hetzelfde uit. Schaamlippen verschillen in vorm, grootte en kleur, en links en rechts zijn vaak verschillend. Rijtjes witte bultjes rond de kroonrand van de eikel heten parelpapels. Gele puntjes zijn talgkliertjes, Fordyce-vlekjes. Rode bolletjes op de balzak zijn onschuldige bloedvaatjes. Dit alles is normaal en hoeft niet behandeld te worden. Lees meer in de folders De vulva en De penis.

Veelvoorkomende klachten

- **Jeuk en irritatie:** vaak door te veel wassen, zeep of vochtige doekjes. Lees de folder Jeuk, irritatie en contacteczeem.
- **Schimmel:** jeuk en witte, brokkelige afscheiding bij vrouwen. Bij mannen een rode, jeukende eikel. Lees de folder Schimmelinfectie bij vrouwen en mannen.
- **Ontsteking van de eikel:** door irritatie, schimmel of bacteriën. Lees de folder Ontsteking van eikel en voorhuid.
- **Lichen sclerosus:** witte, glanzende plekken met jeuk, bij vrouwen en mannen. Lees de folder Lichen sclerosus.

- **Lichen planus:** rode, pijnlijke plekken of witte lijntjes. Lees de folder Lichen planus van de geslachtsdelen.
- **Pijn bij het vrijen of aanhoudende pijn:** soms is er geen zichtbare oorzaak. Lees de folder Vulvodynie en pijn bij het vrijen.
- **Wratten en herpes:** dit zijn soa's. Lees de folder Wratten, herpes en andere soa's.

Goede verzorging

- Was je geslachtsdelen hooguit één keer per dag, met lauw water.
- Gebruik geen zeep, douchegel, intiemwas, vochtige doekjes of intiemsprays.
- Dep de huid droog.
- Draag katoenen ondergoed dat niet te strak zit.
- Een vette zalf, zoals vaseline, beschermt een schrale huid.

Huidkanker en voorstadia

Huidkanker aan de vulva of de penis is zeldzaam. Een wondje dat niet geneest, een bultje dat groeit of een ruwe, harde plek laat je altijd bekijken. Heb je lichen sclerosus of lichen planus, kijk dan zelf regelmatig met een spiegel. Lees meer in de folder Huidkanker en voorstadia bij vulva en penis.

Wie je helpt

Je huisarts is de eerste die je ziet. Die kan de meeste klachten behandelen en verwijst je zo nodig naar de dermatoloog, de gynaecoloog of de uroloog. Bij pijn bij het vrijen kunnen ook een bekkenfysiotherapeut en een seksuoloog helpen. Voor een soatest kun je ook terecht bij het Centrum Seksuele Gezondheid van de GGD.

Ga naar je huisarts bij:

- jeuk, pijn of een branderig gevoel dat na 2 weken goede verzorging niet minder is
- een wondje dat niet geneest, of een bultje dat groeit
- een ruwe, harde of witte plek, of een plek die van kleur verandert
- een schimmel die steeds terugkomt
- pijn bij het vrijen
- zorgen over een soa

Bel dezelfde dag als de voorhuid vastzit achter de eikel en de eikel opzwelt, bij heel veel pijn met blaasjes of wondjes, of als je niet goed kunt plassen. Buiten kantoortijd bel je de huisartsenpost.

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont-Collen, dermatoloog, naar de NVDV-richtlijn Lichen sclerosus (2021), de NVOG-richtlijnen Vulvodynie (2019) en Premaligniteiten van de vulva (2021), de multidisciplinaire richtlijn Seksueel overdraagbare aandoeningen (2024), de NHG-Standaarden Fluor vaginalis, Dermatomycosen en Lichen sclerosus, en de patiëntenfolders van de NVDV. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.