

# PATIËNTEN INFORMATIE

## Menopauzespreekuur

**MAASSTAD  
ZIEKENHUIS**

een santeon ziekenhuis



U kunt terecht op het menopauzespreekuur met vragen, problemen of klachten rondom de overgang. U krijgt informatie en advies om klachten te verminderen. Bij het eerste bezoek gaat u in gesprek met een verpleegkundig overgangsconsulent. Hij of zij heeft de specifieke verpleegkundige vervolgopleiding tot overgangsconsulent afgerond.

### **Wat is de overgang?**

De meeste vrouwen krijgen hun laatste menstruatie tussen hun 40e en 60e jaar. De laatste menstruatie wordt ook wel menopauze genoemd. Voor en na de menopauze is er een periode van een aantal jaren waarin de hormonen een nieuw evenwicht zoeken. Deze periode wordt de overgang genoemd.

De eerste uiting van de overgang is meestal een verandering van de menstruatie. De duur van de overgang is voor iedere vrouw verschillend. Sommige vrouwen kunnen zich in deze fase behoorlijk ziek voelen. 8 op de 10 vrouwen heeft te maken met overgangsverschijnselen. Dat kunnen lichamelijke klachten zijn zoals opvliegers, hoofdpijn, spieren- en gewrichtsklachten, slaapstoornissen, hevige menstruatie, urineverlies en droge (vaginale) slijmvlies. Maar ook geestelijke klachten komen voor, zoals sombere buien, stemmingswisselingen en een opgejaagd en geïrriteerd gevoel.



## **Vorbereiding op het gesprek**

Nadat de afspraak gemaakt is, ontvangt u een vragenlijst. Wij verzoeken u de ingevulde vragenlijst mee te nemen naar de eerste afspraak. Op deze manier krijgt de consulent een goed beeld van uw klachten en eventuele risico's of andere aandoeningen in uw situatie. Hier kan tijdens het spreekuur over gesproken worden.

## **Medicijnen en vitamines**

Gebruikt u medicijnen of vitamines? Neem deze dan in de originele verpakking (inclusief de bijsluiter) mee naar uw eerste bezoek.

## **Tijdens het menopauze spreekuur**

Op de eerste afspraak bespreekt de overgangsconsulent de ingevulde vragenlijst met u. De volgende onderwerpen komen aan bod:

- Informatie over de overgang.
- Nagaan welke van uw klachten met de overgang te maken hebben.
- Advies over (behandel)mogelijkheden waardoor u minder klachten heeft.
- Bepalen van het risico op bijvoorbeeld botontkalking, hart- en vaatziekten, borstkanker, diabetes mellitus type 2 en urineverlies.
- Persoonlijk leefadvies.

De eerste afspraak duurt ongeveer 50 minuten. Het tweede gesprek duurt ongeveer 20 minuten.

Aan het einde van het eerste of tweede gesprek vindt een beoordeling plaats door de gynaecoloog. Als u vragen heeft, dan kunt u deze opschrijven en meenemen naar de afspraak.

### **Een afspraak maken of het stellen van een vraag**

Om een afspraak te maken heeft u een verwijzing van uw huisarts of gynaecoloog nodig.

U kunt een afspraak maken via de polikliniek Gynaecologie van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 en 17.00 uur via (010) 291 22 80.

Als u niet kunt komen of u heeft een vraag? Neem dan contact op met de polikliniek Gynaecologie via bovenstaand nummer.

Een bezoek aan het menopauzespreekuur wordt vergoed via uw basis ziektekostenverzekering als u door uw huisarts of gynaecoloog bent doorverwezen.





De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

The information in this brochure is important for you. If you have any difficulties understanding Dutch, please read this brochure together with somebody who can translate or explain the information to you.

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilde zorlanıyorsanız, bu broşürü size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

المعلومات المتواجدة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم إذا كنتم تواجهون صعوبة في اللغة الهولندية، إحرصوا حينئذ على أن تقرأوا هذا المنشور بمصنوع شخص ما الذي يترجم لك المعلومات الواردة فيه أو يشرحها لكم.

Maasstad Ziekenhuis  
Maasstadweg 21  
3079 DZ Rotterdam

T: (010) 291 19 11

I: [www.maasstadziekenhuis.nl](http://www.maasstadziekenhuis.nl)

I: [www.maasenik.nl](http://www.maasenik.nl) (kinderwebsite)

I: [www.maasstadziekenhuis.nl/mijn](http://www.maasstadziekenhuis.nl/mijn) (patiëntenportaal)

