

## Menopauze polikliniek

### Patiënteninformatie gynaecologie

#### Menopauzespreekuur

### Inleiding

De menopauze polikliniek is speciaal voor vrouwen met klachten die verband houden met de overgang. Met een verwijzing van uw huisarts kunt u een afspraak maken met de menopauzeverpleegkundige en de gynaecoloog, op de polikliniek gynaecologie.

### De overgang

De meeste vrouwen krijgen de laatste menstruatie tussen hun veertigste en zestigste jaar.

De gemiddelde leeftijd is 51 jaar. De laatste menstruatie wordt ook wel de menopauze genoemd. De overgang is geen ziekte maar een levensfase.

De overgang begint vaak met een verandering in het menstruatiepatroon. De menstruaties komen korter na elkaar en worden heviger. Vervolgens wordt de pauze tussen de menstruaties steeds langer en uiteindelijk blijven ze helemaal weg. Dit tijdstip is dus alleen achteraf vast te stellen en wel een jaar na de laatste menstruatie. Dit wordt de post-menopauze genoemd.

Hoe lang de overgang duurt, is voor iedere vrouw verschillend. In de vruchtbare periode maken de eierstokken de hormonen oestrogeen en progesteron aan. Deze hormonen hebben invloed op lichaam en geest. Tijdens de overgang neemt de productie van deze hormonen in de eierstokken af waardoor er overgangsklachten kunnen ontstaan.

### Overgangsklachten

Tijdens de overgang kunnen er typische overgangsklachten ontstaan zoals nachtelijk transpireren en opvliegers, droge slijmvliezen in ogen, mond en vagina. Deze klachten zijn het gevolg van schommelingen in de hoeveelheid oestrogenen. Tevens kan er sprake zijn van 'niet-typische overgangsklachten' bijvoorbeeld:

- stemmingswisselingen
- hartkloppingen
- transpireren
- hoofdpijn
- gejaagdheid
- slaapproblemen
- spier- en/of gewrichtspijn
- urineverlies
- libido verlies (minder zin in seks)
- pijn tijdens het vrijen
- concentratieproblemen
- gewichtstoename
- neerslachtigheid

### Het menopauzespreekuur

Bij een bezoek aan het menopauzespreekuur van het Bravis ziekenhuis krijgt u eerst een gesprek met de menopauzeverpleegkundige. Zij is gespecialiseerd in het voorlichten en adviseren van vrouwen met klachten als gevolg van de overgang.

In dit gesprek neemt zij de klachten met u door en wordt er een scorelijst ingevuld. Tevens zal zij u informatie en adviezen geven over de overgang. Dit gesprek duurt 60 minuten.

De menopauzeverpleegkundige werkt nauw samen met de gynaecoloog.

Na het gesprek met de verpleegkundige krijgt u, indien mogelijk, aansluitend een gesprek met de gynaecoloog. Lukt dat niet dan krijgt u een afspraak op een later tijdstip.

De gynaecoloog neemt verschillende behandelingsmethodes met u door. Dat kunnen medicijnen zijn of juist een alternatief.

Als u medicatie voorgeschreven heeft gekregen, krijgt u altijd een controle afspraak bij de gynaecoloog.

In overleg neemt de menopauzeverpleegkundige na 6 maanden contact met u op om uw klachten te evalueren.

## Vragen

Bij vragen kunt u contact opnemen met de menopauzeverpleegkundige of de polikliniek gynaecologie.

De polikliniek gynaecologie is van maandag t/m vrijdag tussen 8:00 - 17:00 te bereiken op telefoonnummer 088 - 70 66 600.

## Route

De polikliniek gynaecologie is te vinden op de volgende locaties:

- Locatie Bergen op Zoom bij het Moeder&Kindcentrum, route 89.
- Locatie Roosendaal op begane grond, route 28.

10/25