

Overgang

Gynaecologie

Vrouwen komen meestal tussen hun 45e en 55e jaar in de overgang. In deze periode maakt het lichaam minder vrouwelijke hormonen aan, zoals oestrogeen en progesteron. Hierdoor verandert de menstruatie en kunnen lichamelijke en emotionele klachten ontstaan. De overgang is een normaal onderdeel van het leven, maar kan het dagelijks leven van vrouwen soms flink beïnvloeden. In deze folder leest u meer over de overgang en wat u kunt verwachten.

Het begin en de duur van de overgang

De eerste klachten beginnen vaak tussen het 45e en 50e jaar. Soms iets eerder, soms iets later. Dit verschilt per vrouw. Vrouwen van wie de moeder vroeg in de overgang kwam, hebben zelf ook meer kans om eerder in de overgang te komen.

De overgang duurt gemiddeld vier jaar vanaf het moment dat de menstruatie onregelmatig wordt tot aan de menopauze. De menopauze is het moment waarop een vrouw één jaar lang geen menstruatie meer heeft gehad. Dit is alleen achteraf vast te stellen. Overgangsklachten kunnen vijf tot tien jaar aanhouden. Bij sommige vrouwen is dit korter. Vrouwen die roken komen gemiddeld twee jaar eerder in de overgang.

Als beide eierstokken tijdens een operatie worden verwijderd, begint de overgang meteen. Als alleen de baarmoeder wordt verwijderd, kan de overgang soms iets vroeger beginnen, maar meestal verandert er niets. Het gebruik van de pil kan overgangsklachten minder maken, maar het zorgt er niet voor dat de overgang later begint.

Menstruaties tijdens de overgang

Veranderingen in de menstruatie zijn vaak een van de eerste tekenen van de overgang. U kunt vaker en heviger menstrueren. Het bloedverlies kan meer zijn en soms zitten er stolsels bij. Later komt er juist meer tijd tussen de menstruaties. Uiteindelijk stopt de menstruatie helemaal. Als u erg hevig bloedverlies heeft, is het goed om uw huisarts te vragen of extra onderzoek nodig is. Of bespreek dit tijdens het consult met de arts.

Veelvoorkomende overgangsklachten

Overgangsklachten ontstaan door veranderingen in de hoeveelheid oestrogeen in het lichaam. Niet iedereen heeft evenveel klachten. Klachten die veel voor kunnen komen zijn:

- Opvliegers: een opvlieger is een plotselinge warmteaanval. Meestal duurt een opvlieger kort, van enkele seconden tot minuten. Sommige vrouwen hebben er af en toe last van, anderen meerdere keren per dag. Stress en alcohol kunnen een opvlieger uitlokken. U kunt tijdens een opvlieger rood worden en zweten.
- Nachtelijk zweten: veel vrouwen hebben 's nachts last van opvliegers en zweten hierdoor veel. Dit kan ervoor zorgen dat u slechter slaapt en overdag sneller moe bent.
- Stemmingswisselingen: veel vrouwen ervaren stemmingswisselingen tijdens de overgang. U kunt bijvoorbeeld sneller emotioneel, boos, geïrriteerd of somber worden.

Naast bovengenoemde klachten, kan er ook sprake zijn van:

- Vaginale droogheid
- Blaas- en bekkenbodemplachten
- Slaapproblemen
- Pijn aan de gewrichten
- Concentratieproblemen
- Geheugenverlies
- Lager libido
- Verzakking van de baarmoeder
- Osteoporose (botontkalking)
- Hoger risico op hart- en vaatziekten

Behandel mogelijkheden

De overgang kan invloed hebben op uw dagelijks leven. Heeft u veel klachten of merkt u dat de klachten uw leven erg beïnvloeden? Dan kunt u (met een verwijzing van uw (huis)arts) terecht bij de gynaecoloog. Die kan samen met u kijken naar mogelijke behandelingen, waaronder:

- Hormoonbehandeling: het aanvullen van het tekort aan oestrogeen met pleisters, spray of tabletten.
- Tabletten zonder hormonen (clonidine) bij opvliegers.
- Vaginale zetpillen, crème of tabletten bij vaginale klachten.

Meer informatie

Op de website vrouwenindeovergang.nl vindt u betrouwbare informatie over de overgang, waaronder behandel mogelijkheden en begeleiding.

Reanimatie

Alle patiënten bij DC Klinieken worden bij een noodsituatie gereanimeerd. Heeft u een niet reanimeren-verklaring of heeft u met uw arts besproken dat u niet gereanimeerd wilt worden? Dan is het belangrijk dat u ons hierover informeert.

Spoedgeval na bezoek aan DC Klinieken

Bel in geval van spoed: 088 0100 998.

Vergoedingen

DC Klinieken heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Dat betekent dat vrijwel alle zorg vergoed wordt. Net als in het ziekenhuis. U heeft wel een verwijzing van uw (huis)arts nodig. Houd rekening met uw eigen risico. Hier vindt u meer informatie over vergoedingen en eventuele uitzonderingen: www.dcklinieken.nl/vergoedingen.

Vragen

Ga voor meer informatie en antwoorden op veelgestelde vragen naar: www.dcklinieken.nl/contact of neem contact op met ons Service- en Informatiecentrum via 088 0100 900.