

The logo for AZ Sint-Lucas Brugge features a green swoosh above the text. The text 'az' is in green, 'sint-lucas' is in blue, and 'BRUGGE' is in a smaller blue font below it.

**az sint-lucas**  
BRUGGE

**Menopauze  
(overgang)**

# Menopauze

Menopauze is de periode in het leven van de vrouw na het uitvallen van de werking van de eierstokken. Gemiddeld begint de menopauze op 51 jaar. De menopauze beslaat meer dan 1/3de van het leven van een vrouw. Een goede begeleiding tijdens de menopauze kan de levenskwaliteit aanzienlijk verbeteren en ouderdomsziekten voorkomen.

Laat de menopauze vooral een mooie periode zijn in je leven, waarin je nog energie en fitheid hebt om volop te genieten van het leven.

## Doelgroep:

- Vrouwen met klachten
- Oncologiepatiëntes die plots in de menopauze komen door verwijdering van eierstokken, chemotherapie, radiotherapie of anti hormonale therapie
- Vroegtijdige menopauze (voor 40 j): wegvallen van menstruaties

## Klachten:

Heel wat vrouwen ervaren klachten en ongemakken van de overgang en menopauze. De klachten kunnen al beginnen vanaf de leeftijd van 40 jaar. Ook na de laatste menstruatie kunnen er zich nog klachten voordoen.

De meest voorkomende klachten:

- Onregelmatig menstruatiepatroon
- Warmteopwellingen (vapeurs of

opvliegers), ook 's nachts

- ↪ Vaginale droogte (pijn bij het vrijen)
- ↪ Urinaire klachten (pijn bij plassen, urineverlies,....)

### **Andere veelvoorkomende klachten:**

- ↪ Stemningswisselingen
- ↪ Slapeloosheid
- ↪ Angst
- ↪ Woede
- ↪ Toename in gewicht
- ↪ Hartkloppingen
- ↪ Hoofdpijn
- ↪ Gewrichts-en spierpijn
- ↪ Vergeetachtigheid
- ↪ Concentratiestoornissen
- ↪ Depressiviteit
- ↪ Duizeligheid

### **Vrouwen hebben na de menopauze ook een verhoogd risico op:**

- ↪ Borstkanker
- ↪ Hart- en vaatziekten
- ↪ Osteoporose
- ↪ Dementie/ziekte van Alzheimer

## **Wat kan de menopauzeraadpleging u bieden?**

- ⤿ Een uitgebreide voorlichting over de menopauze;
- ⤿ Advies over de manier waarop u de symptomen en ongemakken van de menopauze kan opvangen;
- ⤿ Hulp bij vragen of problemen die te maken hebben met de overgang;
- ⤿ Inlichtingen over eventueel medicatiegebruik;
- ⤿ Een eventuele doorverwijzing naar andere specialisten voor bv. bekkenbodemoefeningen, dieetadvies, psychologische ondersteuning, bewegingsadvies, enz.

## **Aanpak**

### **Raadpleging bij de menopauzeconsulente**

Deze raadpleging duurt ongeveer 60 minuten. Er wordt een vragenlijst ingevuld die in kaart brengt welke klachten u heeft en in welke mate u die als hinderlijk ervaart. Daarnaast wordt een gezondheidsbilan opgemaakt en krijgt u indien noodzakelijk een laboformulier mee, waarmee u een nuchtere bloedprik laat gebeuren bij uw huisarts of in het labo.

Aansluitend op deze raadpleging kan een mamografie of een botdensitometrie gebeuren.

## **Raadpleging bij de gynaecoloog**

De gynaecoloog bespreekt de resultaten van de menopauzevragenlijst samen met de bloedanalyse en de eventuele bijkomende onderzoeken. Er wordt een behandeling voor uw concrete situatie voorgesteld.

## **Opvolging**

Na ongeveer twee tot drie maanden wordt er tijdens de vervolgraadpleging nagegaan of de behandeling en adviezen het gewenste resultaat hebben en eventueel bijgestuurd moeten worden. Deze raadpleging duurt 30 minuten.

## **Praktisch**

Meld u de dag van het onderzoek aan met uw elektronische identiteitskaart via één van de kiosken bij de hoofdingang (-1) of in de centrale hal (0). U ontvangt patiëntenstickers waarop bovenaan het routenummer staat dat u moet volgen. Na deze inschrijving gaat u op het afgesproken tijdstip naar de dienst gynaecologie - verloskunde op de gelijkvloerse verdieping (route D076). U kan daar plaats nemen in de wachtkamer. De menopauzeconsulente komt u daar halen.

## **Kostprijs**

Eerste raadpleging (60 min.): 50 euro

Vervolgraadplegingen (30 min.): 30 euro

## Contact

U kan een afspraak maken via het secretariaat gynaecologie - verloskunde op T 050 36 50 81 met vermelding van de menopauzeraadpleging, of online via <https://www.mynexushealth.be>.

mevr. Sabine T' Kindt, menopauzeconsulente

dr. Veronique Ballegeer, gynaecoloog  
in samenwerking met de andere gynaecologen

