

Hormonale klachten: zijn ze echt zo verschillend?

Op Google vind je overgangsklachten, menstruatieklachten en zwangerschapsklachten. Het lijkt alsof ze verschillend zijn, maar is dat ook zo? Catherine Martens van Care for Women vertelt het ons.

GESCHREVEN DOOR: **LISETTE JONGERUS**

ZOEK DE VERSCHILLEN

Opvliegers? Dan ben je in de overgang. Gespannen borsten? Grote kans dat dit met je menstruatie te maken heeft. Wisselen de emoties? De zwangerschap staat erom bekend. Dagelijks maken vrouwen voor overgangsklachten een afspraak met een Care for Women specialiste. Zelden herkennen zij dat zij deze klachten misschien al eerder hebben gehad rondom hun menstruatie of tijdens de zwangerschap. Veel van deze klachten blijken namelijk helemaal niet specifiek te zijn voor de overgang. Zelfs de bekende opvlieger kan al tijdens de zwangerschap optreden. En moeders met een puberdochter zouden de heftige transpiratielucht bij het doen van de was kunnen herkennen.

PUBERGEDRAGEN EN ZWANGERSCHAPSTRANEN

"Natuurlijk zijn er wel wat verschillen maar de meeste klachten blijken in meer-

dere fasen van het leven voor te komen. Je kunt het dus beter hebben over hormonale klachten", aldus Martens. "Vaak wordt de overgang ook wel de omgekeerde pubertijd genoemd. En daar vind je ook zeker de overeenkomsten voor. Stemningswisselingen noemen we, afhankelijk van onze levensfase, puberaal gedrag, zwangerschapstranen of overgangsklachten. Dat is jammer. Als je vanuit het perspectief van hormonale klachten kijkt en je blik tijdens de overgang terug op de menstruatie en zwangerschap, zal er een beter beeld ontstaan. Vandaar dat wij tijdens een overgangconsult aan moeders ook vaak al adviezen voor hun dochters geven. Reële kans dat ook zij te maken hebben met hormonale verschijnselen rondom hun menstruatie of zwangerschap".

EEN DIVERSTEIT AAN KLACHTEN

Vrouwelijke hormonen blijken niet alleen verantwoordelijk te zijn voor de vrucht-

baarheid maar een functie te hebben in het gehele lichaam, zoals in de hersenen, huid, vaatwand, botten etc. Veranderende hormonen kunnen daarom leiden tot een diversiteit aan klachten zoals opvliegers, buikkrampen, migraine, depressie, slecht slapen, vermoeidheid etc. Deze klachten kunnen optreden rondom de menstruatie, tijdens de zwangerschap en de overgang. "Hormonale klachten zijn divers en verschillend bij vrouwen", aldus Martens. "Bovendien verergeren ze onder invloed van stress. Gelukkig is er iets aan te doen. Het is jammer dat door het taboe veel vrouwen onnodig lang blijven rondlopen met klachten terwijl verzekerders zelfs onze hulp vergoeden". ■

Ga voor meer informatie naar www.careforwomen.nl



CATHERINE MARTENS
CARE FOR WOMEN