

PERSBERICHT

Roelofarendsveen, 14 oktober 2024

Informatie en ondersteuning voor vrouwen in de (peri)menopauze

Oprichting Belangenorganisatie Overgang & Hormonen op 18 oktober 2024

Op de 40e Internationale Menopauze Dag richten we de Stichting Belangenorganisatie Overgang en Hormonen op, een organisatie die als doel heeft om zichzelf zo snel mogelijk op te heffen. Omdat we overbodig zijn als elke vrouw én arts weet wat de overgang écht inhoudt, en lichaamsidentieke hormonen als meeneemt als behandelingsoptie. Zover is het nog lang niet, maar dat gaat veranderen.

De aanleiding

De zeven vrouwen achter deze stichting hebben stuk voor stuk het traject doorlopen: van geen idee hebben wat er aan de hand is, naar een huisarts die ons met antidepressiva of een verwijzing naar een psycholoog naar huis stuurt, tot een gynaecoloog die zegt dat je moeder de overgang ook heeft doorstaan en het gewoon even doorbijten is. Het gevolg is jaren van je leven onnodig verspillend. Sommigen van ons verloren in dat proces zelfs hun baan of hun relatie. Daarom willen we dit traject voor andere vrouwen verkorten. Door zowel vrouwen als artsen te voorzien van actuele kennis over de overgang, zorgen we ervoor dat vrouwen de hulp en middelen krijgen die hun klachten écht aanpakken.

Monique Hartog, voorzitter: "50% van de wereldbevolking is vrouw, en 100% van die vrouwen krijgt met de overgang te maken. Toch is er meer onderzoek gedaan naar waarom vliegtuigen condensstrepen achterlaten dan naar wat de overgang met een vrouwenlichaam doet ...?"

Die verbazing verbindt ons. We hebben elkaar online leren kennen in een community van inmiddels 44.000 vrouwen die informatie zoeken over de overgang. Wij zijn eerst gaan samenwerken in een aparte actiegroep en daaruit wordt nu deze stichting geboren. Hiermee worden we een volwaardige gesprekspartner voor instanties, artsen, overheden, universiteiten, verzekeraars en werkgevers. We zijn 'tegen' niemand en we zijn niet boos; we zijn wel vóór het verbeteren van de situatie van vrouwen en willen bruggen bouwen. Ons doel is om op een constructieve manier met al deze partijen samen te werken om de verbeteringen te versnellen. *Maar ondanks ons enthousiasme over deze oplossing zijn we niet uitsluitend gefocust op hormoontherapie; leefstijl optimaliseren en het uitsluiten van andere oorzaken gaan hand in hand met het aanvullen van hormonen en zijn minstens zo belangrijk!*

Kennishiaat kwadraat

De vrouwen in de online groep dwingen zichzelf om zich de materie en relevante informatie eigen te maken zodat ze goed voorbereid bij de dokter komen, omdat heel veel artsen de overgang nog niet herkennen en de klachten daardoor behandelen met antidepressiva, slaap- en kalmeringsmiddelen. Dat is ook niet gek want nog maar 10 jaar geleden stond in de richtlijnen dat de overgang een natuurlijk proces is waar geen behandeling voor nodig is en dat hormonen borstkanker veroorzaken! (gelukkig is dat wel verleden tijd, maar toch hebben veel artsen deze update ook gemist!). En nog steeds wordt pas na het noemen van opvliegers rond de 50e verjaardag de overgang herkend. Terwijl de overgang vaak al jaren eerder start. Er kunnen zo'n 60 verschillende symptomen optreden — van paniekaanvallen, geheugenverlies en gewrichtspijn tot haaruitval, een brandende mond en hartkloppingen.

Dan is de tweede stap na het herkennen van de signalen om toegang te krijgen tot de juiste middelen. Helaas zijn hierin veel artsen nog onvoldoende bekend met de laatste updates uit de onderzoeken rondom hormoontherapie en zijn de Nederlandse richtlijnen nog zodanig opgesteld dat synthetische

middelen als eerste keuze zijn aangemerkt, terwijl de veiliger lichaamseigen oplossingen als tweede keuze worden genoemd. Dus vrouwen moeten zelf zeer goed beslagen ten ijs komen om de best mogelijke veiliger middelen te bemachtigen.

Maar als al die hindernissen dan genomen zijn verdwijnen de meeste klachten als sneeuw voor de zon.

Suppleren van een tekort

Eigenlijk is het heel logisch. Bij diabetes vul je de ontbrekende insuline aan totdat je bloedsuikerspiegel stabiliseert en je lichaam functioneert weer normaal. Hetzelfde geldt voor hormonen: als je lichaam niet genoeg oestrogeen, progesteron en testosteron aanmaakt, kan dat 400 verschillende functies beïnvloeden waarvan de meeste in de hersenen liggen. En wat merken we in de praktijk? Zodra vrouwen toegang krijgen tot spotgoedkope lichaamseigen hormonen om hun tekorten aan te vullen, draaien ze weer volop mee in het gezin, kunnen ze hun baan weer aan, is de maatschappij geen geld kwijt aan hun uitval en zitten de vrouwen weer goed in hun vel en hebben ze opeens de rest van die dure medicijnen niet of nauwelijks meer nodig.

Sigarensmaak

En daar zit vermoedelijk ook een deel van het probleem waarom de informatie en vooruitgang rondom deze oplossing zo stagneert: lichaamseigen hormonen zijn zó goedkoop dat niemand eraan verdient. Omdat ze niet zijn te patenten is er geen bedrijf te vinden die dure onderzoeken wil uitvoeren om de hulp aan vrouwen rondom hormonen te verbeteren. Er valt namelijk geen winst te behalen met de resultaten. Misschien is het laten voortbestaan van de huidige onwetendheid en de angst voor hormonen zelfs nog winstgevender.

En tenslotte; we vermoeden dat als de overgang een probleem zou zijn geweest wat mannen had getroffen, dan bestonden er op dit moment medicijnen met sigarensmaak en whiskysmaak om de klachten te verzachten; vrouwenproblemen zijn lang als minder belangrijk ervaren dan mannenproblemen.

Het motiveert ons ons extra om met onze stichting nu in te zetten op de versnelling van de verbetering. Daarom gaan wij:

- opleiders motiveren om meer nieuwe informatie op te nemen in hun artsopleidingen;
- artsen motiveren zich te verdiepen in laatste updates rondom de overgang en de mogelijke aanpak ervan;
- vrouwen informeren zodat zij beter herkennen wat ze overkomt en zij zichzelf beter kunnen vertegenwoordigen bij hun artsen;
- in gesprek met besluitvormers rondom richtlijnen om nieuwe informatie sneller te verwerken (de maximale gebruiksduur van 5 jaar is in andere landen al achterhaald);
- op zoek naar mogelijkheden en partners om meer onderzoek te bewerkstelligen op dit gebied.

Meer weten? Op zoek naar een gesprek? We komen hier graag uitleg over geven!

Belangenorganisatie Overgang en Hormonen

informatie@overgangenhormonen.nl | www.overgangenhormonen.nl