

Overgangssprekuren Zoetermeer

U bent verwezen naar de Menopauzepolikliniek. Tijdens dit spreekuur bespreken we met u de mogelijkheden om uw overgangsklachten te verminderen. In deze informatie vertellen we u graag meer over de voorbereiding op de eerste afspraak. En wat u daarin van ons kunt verwachten.

De Menopauzepolikliniek

De Menopauzepolikliniek is een spreekuur om vrouwen met (ernstige) overgangsklachten te informeren en te adviseren, om zo mogelijk klachten te verminderen. De overgangsconsulent bespreekt op basis van uw klachten en de ingevulde vragenlijst welke mogelijkheden er voor u zijn. Heeft u een verhoogd risico op osteoporose, hart- en vaatziekten, diabetes mellitus of borstkanker? Dan vraagt de gynaecoloog als het nodig is een aanvullend onderzoek aan bij de desbetreffende medische specialist.

Het eerste gesprek vindt plaats via videobellen. Onze overgangsconsulente belt u op het afgesproken tijdstip. Zij belt u via de BeterDichtbij-app. Let op: dit gesprek duurt 60 minuten. Aansluitend of op een ander tijdstip heeft u een gesprek met de gynaecoloog.

Voorbereiding

Voor het eerste consult heeft u de Beter Dichtbij app nodig. U zult via deze app beeldbellen. De Beter Dichtbij app kunt u downloaden in de Google play store of App Store. Meer informatie over deze app vindt u op onze website.

Om u aan te melden voor de Beter Dichtbij app hebben wij enkele gegevens van u nodig. Daarom vragen we u om een e-mail te sturen naar poligyn@hagaziekenhuis.nl met onderstaande gegevens:

- Onderwerp: Menopauzepolikliniek aanmelden BeterDichtbij
- uw volledige naam;
- uw geboortedatum;
- uw mobiele telefoonnummer;
- uw e-mailadres;
- de datum van uw afspraak.

Alle stappen doorlopen? Dan ontvangt u van ons een sms- en een e-mailbericht.

Tip: soms komt het bericht in uw spambox terecht, dus goed om ook deze box in de gaten te houden.

Doet de verbinding het niet of kunt u niet videobellen? Dan bellen we u op het afgesproken tijdstip.

Verder vragen we u om als voorbereiding een vragenlijst in te vullen. Deze staat voor u klaar in het Patientportaal MijnHagaZiekenhuis. Heeft u nog geen toegang tot MijnHagaZiekenhuis? Dit kunt u regelen op onze website: <https://www.HagaZiekenhuis.nl/ik-wil-een-afspraak-maken/patientportaal-mijn-HagaZiekenhuis/>

Voor MijnHagaZiekenhuis heeft u DigiD nodig.

Vragenlijst

Wilt u de vragenlijsten invullen via uw DigiD? (Mocht dit niet lukken, vult u dan onderstaande lijst in als voorbereiding op het gesprek.)

Wijziging of afzegging

Voor een eventuele wijziging/afzegging van uw afspraak kunt u contact opnemen met de polikliniek Gynaecologie. De polikliniek is bereikbaar van maandag t/m vrijdag tussen 08.00 en 16.30 uur via telefoonnummer: (079) 346 25 89, Keuze 2

De overgang

De overgang, ook wel climacterium genoemd, is een natuurlijk proces dat elke vrouw vanaf haar veertigste levensjaar meemaakt. Het lichaam van de vrouw is vanaf haar eerste menstruatie ingesteld op het krijgen van kinderen. Het vruchtbaarheidshormoon oestrogeen speelt hierbij een belangrijke rol. Gedurende de overgang neemt de productie van oestrogeen in de eierstokken sterk af. De eierstokken hebben hun taak volbracht en verschrompelen langzaam. Gedurende de overgang zoekt uw lichaam een nieuw evenwicht in de hormoonhuishouding. Dit gaat bij veel vrouwen gepaard met klachten. Deze klachten kunnen we goed in kaart brengen met behulp van de vragenlijsten.

Vragenlijsten

Naam:

Geboortedatum:

Patiëntnummer:

Datum waarop deze vragenlijst wordt
ingevuld:

De overgang kan tal van klachten geven. Wilt u aangeven of en in welke mate u last heeft van de hieronder genoemde symptomen?

De scoringsmogelijkheden zijn als volgt:

Afwezig Af en toe Vaak Heel vaak

1 Aanvallen hartkloppingen

2 Gespannen of nerveus gevoel

- 3 Slaapstoornissen
- 4 Opgewondenheid /opgejaagdheid
- 5 Paniekaanvallen
- 6 Concentratieproblemen
- 7 Vermoeidheid
- 8 Ongeïnteresseerdheid
- 9 Niet gelukkig / neerslachtig
- 10 Huilbuien
- 11 Snel geïrriteerd zijn
- 12 Gevoel van duizeligheid / flauwvallen
- 13 Gespannen gevoel in hoofd of lichaam
- 14 Tintelingen of dood gevoel in huid / lichaam
- 15 Hoofdpijn
- 16 Spier / gewrichtspijn
- 17 Minder gevoel in handen en voeten

Afwezig Af en toe Vaak Heel vaak

- 18 Ademhalingsmoeilijkheden
- 19 Opvliegers

20 Nachtelijk zweten

21 Geen zin meer in seks

Welke vitaminen/ medicijnen/ homeopathische middelen gebruikt u?

.....

.....

.....

22

23 Welke eventuele ziektes/operaties heeft u (gehad)?

.....

.....

.....

.....

De overgang brengt bepaalde gezondheidsrisico's met zich mee. Om een beeld te krijgen of dit voor u geldt, beantwoordt u onderstaande vragen.

Risicofactoren hart- en
vaatziekten:

Ja Nee

1 Rookt u?

2 Heeft u suikerziekte?

3 Gebruikt u 2 of meer glazen alcohol per dag?

 Is uw BMI hoger dan 29?

4 U berekent uw BMI door uw gewicht te delen door uw
 lengte X lengte (in meters)

5 Beweegt u minder dan 30 minuten per dag (wandelen,
 fietsen, sporten)?

- 6 Heeft u veel emotionele stress?
- 7 Bent u bekend met een te hoge bloeddruk?
- 8 Bent u bekend met een te hoog cholesterolgehalte?

Risicofactoren
borstkanker:

Ja Nee

- 9 Heeft u zelf borstkanker gehad?
- 10 Heeft uw moeder, zus, tante en/of grootmoeder borstkanker gehad?
- 11 Heeft u geen kinderen vóór uw 35^{ste} jaar gekregen?

Risicofactoren voor het
ontstaan van osteoporose:

Ja Nee

- 12 Komt botontkalking in uw familie voor?
- 13 Heeft u langer dan 1 maand meer dan 7,5 mg corticosteroïden (bijvoorbeeld Prednison) gebruikt?
- 14 Is uw BMI lager dan 19?
U berekent uw BMI door uw gewicht te delen door uw lengte X lengte (in meters)
- 15 Bent u 50 jaar of ouder?
- 16 Heeft u na uw 50^{ste} botbreuken gehad?

- 17 Was u jonger dan 40 jaar toen u voor het laatst menstrueerde?
- 18 Heeft uw moeder een heupfractuur (gebroken heup) gehad?
- 19 Gebruikt u kalmerings- en/of slaapmiddelen?

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neemt u dan contact op met de polikliniek Gynaecologie. De polikliniek is bereikbaar van maandag t/m vrijdag tussen 08.00 en 16.30 uur via telefoonnummer: (079) 346 25 89.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

