

VROUWENGESONDHEID, PERIMENOPAUZE



Perimenopauze: de jaren waar niemand u voor waarschuwt

De perimenopauze is de hormonale
achtbaan vóór de menopauze, niet de
menopauze zelf. Het is de fase waarin u er
het meest van voelt.

Swipe

WAT VAAK MISGAAT

U verbeeldt het zich niet

U verbeeldt het zich niet. U wordt niet gek. Als u in uw veertiger jaren bent en de angst, verstoorde slaap, onregelmatige menstruatie, hersenmist en stemmingswisselingen u zijn overvallen, is daar zeer waarschijnlijk een echte, lichamelijke reden voor.

HET VERSCHIL

De menopauze is één moment, de perimenopauze de jaren ervoor

De menopauze is het punt twaalf maanden na uw laatste menstruatie. De perimenopauze zijn de jaren van hormonale verandering daarvoor, wanneer de meeste symptomen zich werkelijk voordoen. Meestal in uw veertiger jaren, hoewel het kan beginnen in de late dertig.

BREDER DAN OPVLIEGERS

Veel meer dan opvliegers

Opvliegers zijn slechts een deel van het verhaal, en ze komen vaak later. De perimenopauze is veel meer dan opvliegers, en de angst en hersenmist horen erbij.

DE NORMALE UITSLAG

Een normale bloedtest sluit perimenopauze niet uit

Omdat uw hormonen op en neer schommelen, kan een enkele bloedtest afgenomen op een enkele dag er volkomen normaal uitzien, ook wanneer u zich allesbehalve zo voelt. Estradiol, een vorm van oestrogeen, en FSH, een hypofysehormoon dat de eierstokken aanstuurt, fluctueren sterk van de ene cyclus tot de volgende. In uw veertiger jaren is die normale uitslag te verwachten.

DE DIAGNOSE

Vanaf 45 jaar telt het patroon, niet één hormoonspiegel

Vanaf 45 jaar volgt de diagnose uit symptomen, leeftijd en menstruatiegeschiedenis, niet uit een hormoonspiegel. Nationale richtlijnen adviseren dit, omdat spiegels dan te sterk fluctueren om betrouwbaar te zijn. Bij jongere vrouwen helpen bloedtesten wel, om vroege of premature menopauze te beoordelen of andere oorzaken zoals schildklierproblemen uit te sluiten.

DE KERN

Hulp kan beginnen voordat uw menstruatie stopt

De perimenopauze zelf is behandelbaar, met een plan afgestemd op uw symptomen en geschiedenis en beslist met uw arts. Hulp kan al in de perimenopauze zelf beginnen, zorgvuldig gemonitord.

BELANGRIJK OM TE WETEN

Informatie, geen medisch advies

Dit artikel is uitsluitend bedoeld als algemene informatie en is geen medisch advies. Of en hoe perimenopauze wordt behandeld, wordt bepaald door een gekwalificeerde arts na individuele beoordeling. Onze menopauzezorg staat onder toezicht van een arts dubbel gecertificeerd in interne geneeskunde en endocrinologie.