



DE OVERGANG

Iedere vrouw komt vroeg of laat in de overgang. Dat de overgang al jaren vóór de laatste menstruatie begint, wordt vaak niet als zodanig herkend. De ene vrouw ervaart meer klachten dan de ander. Er kan op lichamelijk of psychisch gebied veel veranderen.

Overgangsconsulenten zijn aangesloten bij de Vereniging Verpleegkundig Overgangsconsulenten (VVOC) en gespecialiseerd in het informeren, adviseren en begeleiden van vrouwen voor en tijdens de overgang. Zij kunnen gezondheidsrisico's signaleren die een rol spelen tijdens en na de overgang. Tijdens een consult bekijken zij samen met jou wat in jouw specifieke situatie de beste oplossing is.

OVERGANGSKLACHTEN

Nederland telt ongeveer 1,7 miljoen vrouwen in de overgang. Ongeveer 80% hiervan heeft in meer of mindere mate overgangsklachten. Over het algemeen zijn deze vrouwen tussen de 40 en 60 jaar. Er kunnen ook op jongere leeftijd hormonale klachten ontstaan als gevolg van een spontane vroege overgang, of door een operatie, ziekte of behandeling.

Veel gehoorde klachten zijn:

- Veranderingen in het menstruatiepatroon
- Hevig of onregelmatig bloedverlies
- Opvliegers of nachtzweeten
- Slapeloosheid
- Spier- en gewrichtspijn
- Libidoverlies
- Stemmingwisselingen
- Maatschappelijke problemen
- Bekkenbodemp Problemen en urineverlies

RISICOFACTOREN

Tijdens en na de overgang hebben vrouwen een verhoogd risico op het ontstaan van:

- Hart- en vaatziekten
- Hoge bloeddruk
- Suikerziekte
- Botontkalking

Overgangsconsulenten geven tijdens een vervolconsult adviezen om deze risicofactoren te voorkomen en/of te verminderen. Als er afwijkende bevindingen zijn, word je verwezen naar je huisarts.



**SPECIALIST IN DE
OVERGANG**

DE VVOC OVERGANGSCONSULENT

De overgangsconsulent aangesloten bij de VVOC is een BIG-geregistreerd verpleegkundige, verloskundige of fysiotherapeut en heeft een gespecialiseerde opleiding gevolgd aan het Erasmus Medisch Centrum of Breederode Hogeschool te Rotterdam.

De overgangsconsulent:

- Geeft persoonlijk advies over voeding, leefstijl, medicatie en supplementen
- Heeft een eigen praktijk en/of werkt op een menopauzepoli
- Werkt nauw samen met de huisarts en gynaecoloog
- Wordt erkend door de Dutch Menopause Society (DMS), onderdeel van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie (NVOG)



KWALITEITSGARANTIE

Overgangsconsulenten zijn BIG-geregistreerd en aangesloten bij een beroepsgroep. Dit kan zijn de V&VN of de KNOV.

Zij zijn ook opgenomen in het daarbij behorende kwaliteitsregister. Jaarlijks volgen zij geaccrediteerde scholingen (o.a. georganiseerd door de VVOC en DMS) en zijn op de hoogte van de nieuwste ontwikkelingen. Hierdoor bieden ze optimale kwaliteit van zorg.

VERGOEDINGEN

De meeste ziektekostenverzekeraars vergoeden de consulten van een overgangsconsulent die aangesloten is bij de VVOC vanuit het aanvullende pakket. Of je voor vergoeding in aanmerking komt kan je terugvinden in je zorgpolis of kan je navragen bij je zorgverzekeraar.

AFSPRAAK

Vind een overgangsconsulent dichtbij jou in de buurt via onderstaande QR-code. Een verwijzing van de huisarts is hierbij niet nodig,

