

ENQUÊTE BEWIJST DAT ARTSEN FOUT BEELD HEBBEN VAN

MENOPAUZE

Vraag dokters waar vrouwen in de overgang zoal last van hebben, en het gaat over opvliegers en vaginale droogheid. Vraag het de vrouwen echter zélf, en zij zeggen dat het vooral gewrichtspijn en slapeloosheid zijn die hen parten spelen.

• INGRID DE VOS •

Mevrouw weet het beter dan mijnheer dokter

Een enquête van de Belgische Vereniging voor Menopauze (BVM) bij meer dan 1.300 vrouwen en een zestigtal huisartsen maakt duidelijk dat vrouwen hun menopauze helemaal anders ervaren dan wat dokters erover denken. «Artsen hebben de neiging om de fysieke last van menopauze-symptomen te onderschatten. Vrouwen die klagen over stijve gewrichten stappen soms buiten met een voorschrift voor medicatie tegen artrose of reuma, omdat de arts de link niet legt met de menopauze. Soms worden zelfs vapeurs niet herkend, omdat die gepaard gaan met spanning op de borstkas en hartkloppingen. Dan denkt de dokter ten onrechte aan hartproblemen», zegt prof. dr. Herman Depypere, voorzitter van de BVM.

Wat ook opvalt: vaginale droogheid en verminderd libido komen helemaal niét voor in de top vijf van klachten die vrouwen zélf rapporteren, terwijl artsen dat beschouwen als een veelvoorkomend probleem. «Vrouwen beginnen daar nooit spontaan over. Maar als ik de problematiek zelf schets, zie ik hen van ja knikken», weet Ouafae Marrou, menopauzeconsulente in UZ Gent. «Ze linken die problematiek niet aan de menopauze omdat ze er pas enkele jaren na het uitblijven van de menstruaties mee te maken krijgen.»

Borstkanker

Eén op de tien vrouwen in de overgangleeftijd weet zelfs niet óf ze al in de menopauze is. «Dat is logisch als ze voor een spiraaltje kozen als anticonceptie. Maar sommige vrouwen blijven gewoon de pil verder slikken», weet prof. Depypere. «Maar dan is het vrouwelijk hormoon veel te hoog gedoseerd, waardoor ze een hoger risico lopen op borstkanker.» Net uit vrees voor borstkanker zagen

artsen rond het jaar 2000 tal van vrouwen hun hormoonbehandeling stopzetten. Depypere: «Er doken toen studies op waaruit bleek dat een aantal vrouwen die hormonen slikten, borstkanker ontwikkelden. In die tijd is er vaak ‘overbehandeld’. De dosis oestrogeen wordt nu zo laag mogelijk gehouden. Onderzoek dat dit jaar is gepubliceerd, toont aan dat vrouwen dankzij hun hormonale behandeling nu 30% minder risico lopen op borstkanker. Ze hebben ook minder last van osteoporose en lopen een kleiner risico op hart- en vaatziekten. Maar door die oude, foute verhalen is er een hele generatie die liever opvliegers krijgt dan hormonen te nemen.»

Verloren generatie

Pas na jaren op hun tanden bijten komt deze ‘lost generation’ op consultatie, vertelt Ouafae Marrou. «Vaak zitten ze met het foute idee dat hun klachten na enkele jaren wel zullen verdwijnen. Tegen de tijd dat ze inzien dat het niet zo is, zitten ze volledig in de knoop. Thuis en op het werk is er onvoldoende begrip voor hun lichamelijke verzwakking. Ze verliezen hun zelfvertrouwen en belanden in een negatieve spiraal.» «In het ergste geval denken ze dat hun seksleven voorbij is», aldus Depypere. «Niet zelden slikken ze antidepressiva, terwijl er een behandeling bestaat die al hun menopauzeklachten kan verbeteren. Hormoontherapie werkt immers in op zowel stemmingswisselingen als vapeurs, vaginale droogheid en slapeloosheid.» Vrouwen met hormoongevoelige borstkanker in de familie mogen die behandeling niét krijgen. «Voor hen zijn er gelukkig natuurlijke middeltjes, zoals op basis van pollenextracten, maar die nemen niet alle klachten weg.»

VROUWEN | DOKTERS

BELANGRIJKSTE KLACHTEN

1 Slapeloosheid	62,3%	1 Opvliegers	98,3%
2 Gewrichtspijn	60%	2 Vaginale droogheid	91,2%
3 Opvliegers	59,3%	3 Gewichtstoename	91,2%
4 Gewichtstoename	57,8%	4 Verminderd libido	89,5%
5 Stemningswisselingen	49,5%	5 Stemningswisselingen	84,2%
6 Verminderd libido	36,7%	6 Slapeloosheid	76,7%
7 Vaginale droogheid	36,7%	7 Gewrichtspijn	53,8%

1 op 10 vrouwen weet niet of ze in menopauze zit

51 jaar is gemiddelde leeftijd waarop menopauze start

2 op de 3 vrouwen denken (verkeerdelijk) dat symptomen na 3 à 10 jaar overgaan

66% van de dokters voelt zich niet op zijn gemak als patiënten vragen hebben over menopauze

Nieuw beroep: menopauze-consulente

Elk ziekenhuis dat zichzelf respecteert, heeft tegenwoordig een menopauze-consulente. Al enkele jaren kunnen verpleegkundigen die specialisatie volgen. «De opleiding was er het eerst in Nederland, waar men zag dat vrouwen op middelbare leeftijd opvallend vaak afwezig bleven op het werk», zegt professor Depypere. «Na grondig onderzoek kwam men tot de vaststelling dat veel van die vrouwen opnieuw te activeren waren, als ze maar een goede behandeling kregen voor hun menopauze. Dat de overgang zoveel klachten veroorzaakt, hoeft niet te verbazen: overal in het lichaam — de hersenen, de botten, de bloedvaten... — zitten oestrogeen-receptoren die bepaalde lichamelijke processen in gang zetten, zoals de aanmaak van het gelukshormoon dopamine. Na de afgifte van het laatste eitje vallen die processen stil en gaat het lichaam protesteren.» (IDV)

KLEUTER (4) KRITIEK NA VAL IN KASTEELVIJVER GAASBEEK

Een kleutertje van vier is gistermiddag op schooluitstap in een vijver beland. Hij vocht gisteravond nog steeds voor zijn leven. Kleine Curtis was met zijn kleuterschool ‘Les petits goudjons’ uit Anderlecht op schoolreis naar het Kasteel van Gaasbeek in Vlaams-Brabant. Ze hadden het kasteel bezocht en verzamelden nadien in het park om gezellig te picknicken. Rond 13 uur belandde Curtis, vermoedelijk al spelend, in het koude water van de vijver in het park. De begeleiders konden hem op het droge halen, maar de situatie bleek al ernstig. Onmiddellijk werd gestart met de reanimatie en ook een voorbijganger met EHBO-kennis bood hulp. Ambulanciers en een mugteam namen het nadien over. Toen er opnieuw een zwakke hartslag werd waargenomen, werd het kleutertje met spoed overgebracht naar het UZ Brussel. Daar lag hij gisteravond nog altijd in levensgevaar op de afdeling Intensieve Zorg. De leerlingen, leerkrachten en begeleiders kregen de nodige psychologische bijstand en worden de komende dagen nog verder bijgestaan. De lessen in het schooltje gaan gewoon voort. (TVP/DCFS)

Gigolo «die zo lief kon zijn» maar vrouwen pluimde, krijgt 9 jaar cel

Een 36-jarige gigolo die zeker 35 kwetsbare vrouwen heeft opgelicht, is veroordeeld tot 9 jaar cel. Irfan O. pluimde zijn slachtoffers om een luxe eventje te kunnen leiden. De man is nog spoorloos en blijft naar verluidt zijn gang gaan.

Irfan O., een Belg met Turkse roots, ging telkens op dezelfde manier te werk. Hij deed zich op sociale media voor als ‘Jonas Bruine’ en won het vertrouwen van zijn slachtoffer, onder meer door met complimentjes te strooien. Ze werden stapelverliefd op hem en daarvan profiteerde hij. «Plots merkte ik dat mijn bankkaart geblokkeerd was en er tal van online aankopen — iPhones, smartwatches... — waren gedaan», vertelt slachtoffer K.V., een 34-jarige uit Ieper. «Hij stal zelfs mijn auto en verkocht die.» Gisteren werd O. veroordeeld tot 5 jaar cel voor het oplichten en afpersen van tien vrouwen tussen 30 en 69 jaar. Vorig jaar kreeg hij al vier jaar cel voor gelijkaardige feiten, bij 25 vrouwen. O. moet zijn slachtoffers ruim 22.000 euro terugbetalen en kreeg ook een boete van 3.200 euro. De man blijft echter spoorloos, en zou zelfs nog steeds nieuwe feiten plegen. Het gerecht hoopt hem zo snel mogelijk te klissen. «Ronduit schandalig», sprak de procureur. «Hij heeft geen wroeging. Zijn plaats is in de cel.» (JHM)



SCHOLIEREN ZIJN THUIS EN OP SCHOOLREIS REDDER

Tomas Week (18), Broos Labaere (17) en Robbe Verhaeghe (17) zijn niet alleen redders aan de Belgische kust, maar ook redders in Frankrijk. De leerlingen van een Oostendse middelbare school reddden vorige week een man van de verdrinkingsdood in Bayeux in Normandië, tijdens een schooluitstap. Het trio, allen gediplomeerd strandredder, greep koelbloedig in toen ze een bewusteloze man in een rivier zagen liggen, met het hoofd naar beneden. «Dankzij onze reddersopleiding hebben we het hoofd koel gehouden. Achteraf waren we even in shock, maar door erover te praten, was dat snel voorbij», vertellen de drie. Ze zijn ook uitgenodigd voor een huldiging op het stadhuis van Oostende deze vrijdag. De directeur van hun school kreeg al een telefoontje van de hulpdiensten in Bayeux om hen te danken voor hun inzet. (BBO)

WAT DOEN VROUWEN ERAAN?

11%

zoekt heil in 'grootmoeders trucjes'

37%

neemt voedings-supplementen

19%

neemt homeopathische middelen

77%

vertrouwt op medicatie