


## symptomen peri-menopauze en menopauze

mentaal		fysiek					
0	angst	0	moeite met praten	0	broze nagels	0	opvliegers
0	neerslachtig	0	veranderingen menstruatiecyclus	0	huidproblemen	0	koude rillingen
0	stemmingswisselingen	0	<i>(lengte cyclus, licht/zwaar, pijn)</i>	0	<i>gevoelige huid</i>	0	nachtzweeten
0	huilerig	0	vaginale problemen	0	<i>droge huid</i>	0	allergieën (verergering / nieuw)
0	verlies zelfvertrouwen	0	<i>droge vagina</i>	0	<i>jeukende huid</i>	0	pijnlijke gewrichten
0	verlies plezier	0	<i>pijnlijke of bloedende vaginawand</i>	0	<i>acne</i>	0	pijnlijke spieren /spierspanning / spierkramp
0	paranoia	0	<i>abnormale afscheiding</i>	0	<i>haargroei in gezicht</i>	0	frozen shoulder
0	ruzie zoeken	0	<i>pijn bij vrijen</i>	0	maagproblemen	0	hielspoor
0	alleen willen zijn	0	urineren	0	<i>verteringsproblemen</i>	0	elektrische schokken
0	angst om auto te rijden	0	<i>vaak 's nachts urineren</i>	0	<i>gewichtstoename (buik) -afname</i>	0	tintelingen vingers / tenen
0	(over)emotioneel	0	<i>herhalende urineweginfecties</i>	0	<i>opgeblazen gevoel</i>	0	duizeligheid
0	paniekaanvallen	0	<i>urineverlies / incontinentie</i>	0	<i>indigestie</i>	0	veranderingen lichaamsgeur
0	concentratieverlies	0	droge oren	0	<i>winderigheid</i>	0	slappere borsten
0	verminderd geheugen	0	droge ogen	0	<i>misselijkheid</i>	0	pijnlijke borsten
0	troebele / verwarde geest	0	problemen mondholte	0	<i>brandend maagzuur</i>	0	klam aanvoelen
0	futloos	0	<i>tandvleesproblemen</i>	0	hartkloppingen	0	snel buiten adem
0	verminderd libido	0	<i>bloedend tandvlees</i>	0	verhoogd cholestrol	0	lage bloeddruk
		0	<i>slechte adem</i>	0	slaapproblemen	 BELANGEN- ORGANISATIE OVERGANG & HORMONEN	
		0	<i>branderig gevoel tong</i>	0	rusteloze benen		
		0	haarproblemen	0	oververmoeid		
		0	<i>droog haar</i>	0	hoofdpijn / migraine (verergering)		
		0	<i>haaruitval</i>	0	tinnitus		

Deze lijst is niet volledig, maar geeft een indicatie van de diversiteit aan klachten die kunnen worden veroorzaakt door de (peri)menopauze.

"Als een vrouw tussen de 40 en 50 met klachten komt, is het de overgang, tot het tegendeel is bewezen." - Gynaecoloog Henk Oosterhof.