Wel of geen hormoonbehandeling bij overgangsklachten

Opvliegers en zweten. Wisselende stemming en wisselende menstruatie. Inderdaad, dit artikel gaat over de overgang (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aandoeningen/overgang).

De overgang. De tijd in het leven van een vrouw die voor sommige vrouwen zonder al te veel klachten voorbij gaat. Toch is deze tijd voor veel vrouwen ontzettend moeilijk. Gelukkig is er steeds meer aandacht voor de overgang. En ook begrip. Er zijn steeds meer mogelijkheden om de klachten van de overgang te verminderen.

De 10 meest gestelde vragen over hormonen en de overgang

Welke klachten horen bij de overgang?

De klachten die het meest voorkomen zijn opvliegers en nachtzweten.

Daarnaast komen vaginale klachten, zoals droogheid, afscheiding of pijn bij het vrijen vaak voor. Ook kunnen blaasontstekingen vaker voorkomen.

Andere klachten zijn:

- hartkloppingen
- dikker worden
- obstipatie
- gewrichtsklachten
- hoofdpijn
- stemmingswisselingen

Waarom hormonen gebruiken tijdens de overgang?

Door een hormoonbehandeling kunt u minder last krijgen van opvliegers en nachtzweten. Ook de andere klachten kunnen minder worden. Of u hormonen wilt gebruiken, is een afweging die u zelf maakt samen met uw behandelend arts. De belangrijkste afwegingen zijn:

- Hoeveel last heeft u van de klachten?
- Zijn er risicofactoren in uw gezondheid die invloed hebben op de behandeling?
- Natuurlijk is het daarvoor erg belangrijk dat u de voor- en nadelen van de medicijnen weet. (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/hormoonbehandeling-bij-overgangsklachten)

Hoe zit het met de pil en de overgang?

De pil geeft kans op trombose die toeneemt met de leeftijd. De pil kan wel overgangsklachten als opvliegers verminderen of wegnemen.

Wilt u anticonceptie gebruiken? Dan raden we andere pillen aan die boven de 40 jaar veiliger zijn tegen trombose.

Heeft u geen anticonceptie nodig en heeft u overgangsklachten? Dan zijn er andere producten in de vorm van tabletten, spray en gel die uw klachten kunnen verminderen. Bespreek met uw arts wat voor u het beste middel is.

Welke andere behandelingen zijn er voor de overgang?

Een verandering van leefstijl kan ook helpen om de klachten van de overgang te verminderen. Denk aan het verminderen van stress, stoppen met roken en drinken en voldoende bewegen.

Vergroot het gebruik van hormonen de kans op kanker?

Langdurig gebruik van hormoontherapie vergroot de kans op borstkanker en baarmoederkanker. De eerste 5 jaar van gebruik beschermen de hormonen nog tegen deze vormen van kanker. Als u de hormonen langer dan 5 jaar gebruikt, wordt de kans op kanker groter. Als u stopt met hormonen, duurt het ongeveer 2 jaar voordat het risico op kanker weer is gedaald naar de kans die iedereen heeft.

Als u zelf kanker heeft gehad, kan het zijn dat deze hormoongevoelig was. In dat geval overlegt u met uw gynaecoloog.

Ik heb al lang overgangsklachten kan ik nu nog starten met hormonen?

Als vrouwen al meer dan 10 jaar overgangsklachten hebben, raden we af om nog te starten met hormonen. Er is dan namelijk meer kans is op hart-en vaatziekten.

Wat zijn de nadelen van hormonen tijdens de overgang?

Er is na 5 jaar gebruik van hormonen een grotere kans op borstkanker en baarmoederkanker. Door het gebruik van hormonen is er ook iets meer kans op trombose. Dit zijn stolsels in de bloedvaten.

Wat zijn de voordelen van hormonen tijdens de overgang?

Het voordeel van hormonen is dat het bij een start van de overgangsklachten minder kans geeft op hart- en vaatziekten. Ook beschermt het gebruik van hormonen tegen botontkalking.

Met wie kan ik hierover praten?

De overgang is een natuurlijke fase. De klachten gaan uiteindelijk vanzelf weer over, ook zonder medicijnen.

Heeft u toch veel last en wilt u een behandeling? Dan kunt u dit bespreken met uw huisarts, gynaecoloog of overgangsconsulent. Samen kijkt u wat het beste bij u past.

Waar kan ik meer lezen/horen over de overgang?

Website
Op de website 'Vuurvrouw' (https://vuurvrouw.nu/default.aspx)vindt u veel informatie over de overgang. Ook kunt u lid worden van de community, waarin ervaringen worden gedeeld.

Boeken
Hart & hormonen, fit de overgang in:
Auteurs: Janneke Wittekoek en Dorenda van Dijken

Ook leuke meisjes worden 50
Auteurs: Maaike de Vries en Manon Kerkhof.

Podcast
De podcast 'Opvliegers' behandelt allerlei onderwerpen die te maken hebben met de overgang. U vindt deze podcast in uw eigen

podcast-app. Of kijk op de website van NPO1 (https://www.nporadio1.nl/podcasts/opvliegers).

Code GYN-800

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis