

Dag heftige ongesteldheid

De populaire lezingenserie Vertel me Gelre wil het taboe rond het them heftige menstruatie doorbreken

door Angelique Rondhuis

APELDOORN – Twintig procent van de vrouwen kampt met heftige menstruatie. Ze zijn zo zwaar ongesteld elke maand dat hun leven er door beïnvloed wordt. De gynaecologen van Gelre ziekenhuizen hopen door meer uitleg te geven in de lezingenserie Vertel me Gelre het taboe te doorbreken. Want er is veel aan te doen. Sasja (43) kan er over meepraten. Na haar zwangerschappen en sterilisatie bleef ze heel veel last houden van haar menstruatie. Tien, twaalf dagen achter elkaar. Dan een paar dagen niet. „En dan begon het hele circus zo weer overnieuw.” Maar nu niet meer. Ze heeft de Novasure-behandeling ondergaan, waarbij het baarmoederslijmvlies weggebrand wordt. Het Apeldoornse ziekenhuis voert de ingreep als een van de weinige ziekenhuizen in Nederland poliklinisch onder lokale verdoving uit.

„Ik denk dat ik hetzelfde verhaal heb als veel vrouwen: je weet niet wat normaal is. Je moeder vertelt je dat het erbij hoort.” De gynaecologen horen het vaak: dochters worden groot met de ervaringen van moeder. En een hevige menstruatie zit vaak in de familie. Het is geen onderwerp waar vrouwen makkelijk over praten. Dat is onze calvinistische inslag.”

Sasja wordt niet meer ongesteld. Dat geldt niet voor alle vrouwen die de behandeling ondergaan. Maar eigenlijk alle vrouwen gaan terug naar een veel lichtere menstruatie. „Ik ben veel fitter. Heb veel meer energie. Ik hing altijd tegen bloedarde aan. Dat is nu weg. Ik heb ook geen schommelingen in mijn emoties door de hormonen. Geen flauw idee waar ik ben in mijn cyclus.”

Want de cyclus gaat gewoon door. Dat is het voordeel, dat de hormoonhuishouding niet ontregeld wordt. „Dus er zijn wel vrouwen die nog steeds emotionele schommelingen ervaren. Maar vaak hebben ze er veel minder

last van, juist omdat ze de energie terug hebben om dat op te vangen, niet omdat de hormonen hun werk niet meer doen,” zegt gynaecoloog Heleen Eising. Nadeel van dat de cyclus wel doorgaat is dat het krijgen van kinderen na de ingreep wel uit den boze is. „De eierstokken werken gewoon. Maar het baarmoederslijm waarin een eitje zich moet nestelen is weggebrand. Dus als er een zwangerschap zou zijn, is de kans veel te groot dat een buitenbaarmoederlijke zwangerschap zou

ontstaan. We raden de behandeling dan ook alleen aan bij vrouwen die niet meer nadenken over kinderen.

Menstruatie wordt vaak erger als je tussen de veertig en vijftig bent, net voor de overgang. Vrouwen hebben dan meestal jarenlang de pil geslikt en hebben daarmee ook hun menstruatie gereguleerd. Willen dat niet meer. Maar worden dan geconfronteerd met een veel ernstiger menstruatie. Dan is dit een goede oplossing”, vertelt gynaecoloog Marcel Huisman.

„We hebben hele goede ervaringen met de poliklinische behandeling in de laatste vijf jaar”, zeggen de gynaecologen.

Novasure bestaat sinds 2004. Sinds 2008 voert Gelre de operatie uit, en sinds vijf jaar polikli-

nisch. „Daardoor durven ook meer vrouwen het. Ze zien op tegen narcose. Het is ook vervelend als je niet weet wat er precies gaat gebeuren en je onder narcose moet. In een OK staat een groot team om je heen. Je partner kan er niet bij blijven. Allemaal redenen die vrouwen tegenhouden de behandeling te ondergaan.”

Het poliklinisch team dat in Apeldoorn er voor zorgt dat de baarmoeder aan de binnenzijde behandeld wordt, is goed op elkaar ingespeeld. Een voorwaarde om het poliklinisch te kunnen doen, en een van de redenen dat er zo weinig ziekenhuizen poliklinisch werken. „Wij werken op de poli met een gynaecoloog en twee verpleegkundigen. Altijd een vast team, zodat de vrouwen zich vertrouwd voelen. Ze weten dat het

team op elkaar ingespeeld is.” De partner mag erbij blijven en dat geeft vaak ook een rustig gevoel. „De hele ingreep duurt maximaal twee minuten. De vrouw krijgt een pijnstillertje en we praten tegen ze. Daardoor hebben de meesten niet eens door dat het al gebeurd is.” Van de vrouwen die de Novasure-behandeling ondergaan is 93 procent tevreden na afloop. Bijna de helft heeft geen menstruatie meer. Zeven procent heeft alsnog een menstruatie die niet acceptabel is en wordt vaak overgegaan tot het verwijderen van de baarmoeder.

Vertel me Gelre is op maandag 11 mei. De zaal is open om 19 uur. Aankomen is noodzakelijk en kan via www.gelreziekenhuizen.nl/vertelmegelre.



■ Heleen Eising en Marcel Huisman: „Eenvoudige en kortdurende ingreep die als weinig pijnlijk wordt ervaren. Veel vrouwen hebben er baat bij.” foto Kevin Hagens