

Open over de Overgang



Op dit moment zijn in Nederland ongeveer 1,8 miljoen vrouwen in de overgang. 80% van hen heeft overgangsklachten, 33% zelfs zoveel dat het hun dagelijks leven beïnvloedt. De overgang kan al starten vanaf halverwege de veertig en duurt gemiddeld 7 tot soms wel 15 jaar. Toch weten we er onvoldoende van en lijkt het nog altijd een taboe, ook op het werk. Met als resultaat dat overgangsklachten niet tijdig worden (h)erkent en onvoldoende worden behandeld. Waardoor één op de drie vrouwen regelmatig verzuimt en meer dan driekwart van de vrouwen met klachten aangeeft moeite te hebben om aan de eisen van het werk te voldoen. Ook zien we dat 20% van de vrouwen in deze fase minder uren gaat werken of zelfs stopt.

Meer zien of horen over de gevolgen van het taboe van de overgang?

Kijk hier naar de uitzending van Max Meldpunt van Omroep Max; [de overgang kan lang en heftig zijn, maar niemand praat erover!](#)

[Of luister naar de succesvolle Podcastserie Opvliegers](#), in 7 indrukwekkende uitzendingen en een bonusuitzending, delen vrouwen hun persoonlijke ervaringen met Elles de Bruin van Omroep Max.



Wij zijn dé belangenorganisatie voor vrouwen in de overgang. Met meer dan 15.000 betrokken vrouwen zetten we ons dagelijks in voor meer informatie, een betere zorg en doorbreken we het taboe. We zitten daarvoor aan tafel met politiek, maatschappelijke organisaties en werkgevers. We zijn lid van de Patiëntenfederatie Nederland.
Kijk op vuurvrouw.nu en vuurvrouwwerkt.nl

Dat kan beter

Publiekscampagne

Wij pleiten voor een brede publiekscampagne gekoppeld aan een centraal informatiepunt, dat voor iedereen in Nederland toegankelijk is. Want voor het doorbreken van het taboe is bewustwording en (h)erkenning noodzakelijk.

Snel naar betere zorg

Onderzoek blijft belangrijk. Toch is er al veel kennis over de overgang, over preventie en het belang van leefstijl en over behandelopties. Alleen is deze kennis nog onvoldoende ontsloten en mist een zorgpad:

⇒ **Ontsluiting kennis**

Stimuleer kennispartijen in Nederland hun kennis actief te delen met behandelaars en professionals. Zodat huisartsen, bedrijfsartsen, overgangsconsulenten, therapeuten, maar ook (leefstijl)coaches en preventiemedewerkers beter kunnen helpen.

⇒ **Zorgpad overgang**

Wij pleiten voor een zorgpad overgang, zodat vrouwen op het juiste moment naar de juiste behandelaar gaan. Stimuleer samenwerking tussen behandelaars. Versterk de eerstelijnszorg door het standaard opnemen van een overgangsconsult met een daarvoor opgeleide specialist, bijvoorbeeld een overgangsconsulente of menopauzeverpleegkundige. Zij kunnen veel vragen beantwoorden en vrouwen adviseren rond leefstijl.

Aandacht op de werkvloer

Help organisaties de overgang op de kaart te zetten. Biedt ze daarvoor praktische instrumenten gericht op het vergroten van kennis en bewustwording, een betere begeleiding en beleid. Zo kunnen vrouwen gezond blijven werken tijdens de overgang.

Ons manifest wordt gesteund door

