

Een slecht humeur, angstgevoelens, depressieve gevoelens?

Een slecht humeur, angst en depressieve gevoelens kunnen veel voorkomende symptomen zijn van de menopauze en perimenopauze.

Deze en andere psychologische symptomen worden vaak aanzien voor klinische depressie, waarbij veel vrouwen ten onrechte antidepressiva voorgeschreven worden als behandeling.

Het zijn de symptomen die andere mensen niet kunnen zien die al te vaak tot de meeste moeilijkheden leiden. Zowel psychologische als fysieke symptomen treden op als gevolg van een verandering in hormonen die uiteindelijk uw lichaam, emoties en welzijn beïnvloeden – of u nu in de 40, 30 of zelfs 20 bent!

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson





Bescherm je botten, hart en hersenen

De menopauze is een hormoontekort dat leidt tot een verhoogd risico op het ontwikkelen van osteoporose, hartaandoeningen en dementie. De meest effectieve manier om uw botten, hart en hersenen te beschermen, is door de hormonen te vervangen die uw lichaam niet langer aanmaakt.

Mensen die Hormonale substitutietherapie (HST) gebruiken, hebben een lager risico op het ontwikkelen van ziekten, waaronder osteoporose, hartaandoeningen en dementie.

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson





Moeite

met slapen?

Een verstoring in slaapgewoontes is vaak de meest voorkomende klacht van mensen in the perimenopauze en menopauze.

Slaapproblemen, samen met verschillende andere symptomen, treden op vanwege een verandering in hormonen die uiteindelijk uw lichaam, emoties en welzijn beïnvloeden - of u nu in de 40, 30 of zelfs 20 bent.

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.

balance

the menopause support app
by Dr Louise Newson



Hoofdpijn of migraine?

Fluctuerende niveaus van hormonen, met name een daling van de oestrogeenspiegels, kunnen voor veel mensen hoofdpijn veroorzaken en migraine veroorzaken. Dit kan een teken zijn van de perimenopauze of menopauze.

Hoofdpijn of migraine, samen met verschillende andere symptomen, treden op als gevolg van een verandering in hormonen die uiteindelijk uw lichaam, emoties en welzijn beïnvloeden – of u nu in de 40, 30 of zelfs 20 bent.

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson



Onverwachte pijntjes en kwaaltjes?

Heb je het gevoel dat je lichaam ineens heel oud is geworden? Heeft u een stijfheid en pijnlijk gevoel in uw gewrichten dat maar niet weggaat? Dit is een veel voorkomend symptoom van de fluctuerende en dalende hormonen die optreden in de perimenopauze en menopauze.

balance

the menopause support app
by Dr Louise Newson

Pijntjes en kwaaltjes, samen met verschillende andere symptomen, treden op als gevolg van een verandering in hormonen die uiteindelijk uw lichaam, emoties en welzijn beïnvloeden – of u nu in de 40, 30 of zelfs 20 bent.

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.





Veranderingen beneden?

Zien of voelen uw geslachtsdelen er anders uit? Heb je jeuk, droogheid, pijn of pijn? Krijgt u vaker spruw of blaasontsteking? Moet je meer plassen, voel je je vaak erg wanhopig of heb je af en toe een lekkage?

Als u deze symptomen heeft, kan dit een teken zijn van de perimenopauze of menopauze; en het is zeer waarschijnlijk dat je lichaam wat hormonen terug nodig heeft.

Vaginale oestrogeen en vaginale DHEA zijn volkomen veilig en zijn verkrijgbaar in een pessarium, crème, gel of ring. Ze zijn meestal erg effectief in het verbeteren van al deze symptomen. Hoe eerder u begint, hoe beter en beide kunnen op lange termijn en naast HST worden ingenomen.

De helft van de bevolking gaat door de menopauze. Verandering is onvermijdelijk, maar hoe je ermee omgaat niet.

Voor bewijs gebaseerde informatie en ondersteuning tijdens uw menopauze-reis, download onze gratis saldo-app in de App Store of Google Play.

balance
the menopause support app
by Dr Louise Newson

