

## Klachten tijdens de overgang

Er komt een vrouw van 56 jaar naar de praktijk met klachten tijdens de overgang. Ze heeft sinds enkele jaren toenemende klachten. Met name de opvliegers zijn erg vervelend, omdat ze ook haar slaap verstoren. Ook heeft ze last van lusteloosheid, vermoeidheid, stemmingswisselingen en is ze snel in tranen. Soms heeft ze 's nachts, na een opvlieger, last van hartkloppingen. Ze maakte zich hier zorgen over en heeft dit bij de huisarts na laten kijken. Hij heeft een ECG gemaakt, waarop niets bijzonders te zien was. Hij heeft haar gerust gesteld en als de klachten zouden toenemen, dan moet ze terug komen.

Verder heeft ze ook wat last van haar gewrichten. Vooral van haar knieën en heupen, waardoor ze tegenwoordig minder wandelt, terwijl ze dat juist zo fijn vindt. De gewrichtsklachten wisselen van plaats en komen en gaan.

Haar menstruaties zijn de laatste jaren steeds onregelmatiger geworden en de laatste menstruatie is ongeveer 9 maanden geleden.

Als jong meisje was de menstruatie erg pijnlijk. Na de geboorte van haar kinderen is dat minder geworden, maar helemaal weg is het nooit gegaan.

In het voorjaar heeft ze last van hooikoorts en met name heeft ze dan last van haar ogen, veel jeuk en tranende ogen.

In het verleden heeft ze veel hoofdpijn gehad, maar dat gaat al een tijdje best goed. Ook heeft ze vaak een blaasontsteking gehad, die werd bestreden met een antibioticakuur. Maar ook hier heeft ze al een paar jaar geen last meer van.

Het is een vriendelijke, zachtaardige vrouw. Ze is gelukkig getrouwd met een lieve man en ze hebben 3 kinderen. De kinderen zijn inmiddels volwassen en zijn allemaal het huis uit. Toen de laatste 4 jaar geleden uit huis ging was ze daar wel verdrietig over. Ze moest wennen aan de nieuwe situatie. Ze is toen ook wat meer uurtjes gaan werken. Ze is schooljuf op een basisschool. Het liefst heeft ze kinderen uit de onderbouw. Met kinderen uit de bovenbouw vindt ze het moeilijk om de orde te bewaren in de klas.

Enige jaren geleden heeft ze problemen gehad op haar werk met een collega met wie ze een klas deelde. Deze collega drong haar nogal haar eigen ideeën op over de aanpak van bepaalde werkzaamheden met de klas. Ze was niet tegen deze collega opgewassen en had hier veel last van. Maar gelukkig is die collega naar een andere school overgestapt en nu heeft ze een heel fijne collega met dezelfde manier van werken. Dit waren de belangrijkste gegevens uit het gesprek.

Ze heeft van mij een homeopatisch middel gekregen dat past bij haar persoonlijkheid en bij haar klachten en we maakten een afspraak voor 6 weken later.

Ze komt terug in de praktijk en vertelt dat ze na inname van de korrels een aantal dagen flink hoofdpijn heeft gehad. Na anderhalve week ging ze beter doorslapen en had ze ook meer energie en voelde zich weer wat opgewekter. De opvliegers werden wat milder en minder frequent. Ze heeft geen last gehad van hartkloppingen deze periode. Ook had ze een wat betere stoelgang. Bij het 1<sup>ste</sup> consult had ze niet verteld dat ze wel eens last had van constipatie. Verder was er niets veranderd.

Ze heeft geen middel van mij gekregen, omdat ik het idee had dat het middel nog werkzaam was. We maakten een afspraak na weer 6 weken.

Na 4 weken belde ze dat ze zich weer minder goed ging voelen en de opvliegers werden ook weer erger. Ik heb haar een herhaling van het laatste middel gestuurd en we maakten een afspraak voor 2 maanden later.

Toen ze terug kwam vertelde ze dat het middel wel wat had gedaan, maar niet zo goed als de 1<sup>ste</sup> keer. Na een uitgebreid gesprek heb ik haar een herhaling van hetzelfde middel gegeven maar dan in een wat hogere potentie.

Na weer 2 maanden vertelde ze dat het middel heel goed had gewerkt. Ze had weer energie en zin om dingen te doen. De opvliegers waren een stuk minder. Ook had ze deze periode minder last gehad van haar gewrichten. Dit was geleidelijk gegaan. Ze is daardoor weer meer gaan wandelen en voelt zich daardoor ook beter. Ze heeft ook geen last gehad van hartkloppingen. Ze krijgt nu niets en we spreken af dat ze mij belt als het weer minder gaat.

In de maanden daarna heeft ze nog last gehad van haar blaas, maar het was niet nodig om antibiotica te gebruiken. Met veel drinken en vitamine C is het vanzelf over gegaan. En wat ook fijn is, is dat ze in het voorjaar bijna geen last had van de hooikoorts. Ook heeft ze gemerkt dat ze zich in het algemeen sterker voelt en beter voor haar mening uit durft te komen. Ze heeft nog een keer een herhaling nodig gehad en verder gaat het goed met haar.