

Krijg ook grip op de



menopauze

Overgangsklachten?
Wij helpen je verder



STICHTING
STIMEZO
ZWOLLE

Zorgt voor vrouwen

De menopauze

De menopauze is een natuurlijke levensfase waarin de hormoonspiegels veranderen. Dit kan zorgen voor lichamelijke én mentale klachten.

Denk aan:

- opvliegers
- gewichtstoename
- slecht slapen
- stemmingswisselingen
- pijnlijke gewrichten
- moeite met concentreren

Waarom ondersteuning helpt

Iedere vrouw ervaart de overgang anders. Dit maakt goede, persoonlijke begeleiding zo waardevol. Veel vrouwen vinden het prettig om beter te begrijpen wat er in hun lichaam gebeurt. Door inzicht, begeleiding en eventueel medische behandeling kun je vaak veel klachten verminderen of beter hanteren. Wij helpen je met duidelijke uitleg, advies en ondersteuning die past bij jouw situatie.

Myra (51)

'Ik dacht het zal allemaal wel meevallen, de overgang, niet dus. Vage klachten die mij helemaal uit balans brachten. Bij Stimezo kreeg ik eindelijk antwoorden en handvatten om ermee om te gaan.'



STIMEZO
ZWOLLE
Ziet de vrouw



Wat wij aanbieden

Consult

Tijdens het eerste consult (60 minuten) nemen we rustig de tijd om jouw klachten, gezondheid, leefstijl en wensen goed in kaart te brengen. Na afloop ga je naar huis met een persoonlijk begeleidingsplan, praktische adviezen, een informatieboek inclusief een persoonlijk dagboekje om je te ondersteunen.

In de vervolgsessies (15 of 30 minuten) kijken we samen hoe het met je gaat. We bespreken je ervaringen, denken met je mee en passen je plan waar nodig aan. Zo sta je er niet alleen voor en werk je stap voor stap aan meer balans en grip.

Advies op maat

Praktische en haalbare adviezen over leefstijl, voeding, beweging, mentale balans en werk, afgestemd op jouw situatie. Deze adviezen sluiten aan bij jouw persoonlijke begeleidingsplan, zodat je gericht en met vertrouwen aan de slag kunt.

Medische beoordeling

Indien nodig verwijzen we je door naar de huisarts/ specialist of doen we aanvullend onderzoek. We bespreken de verschillende behandelopties zoals hormoontherapie of niet-hormonale alternatieven

Kosten en vergoeding

Vraag geheel vrijblijvend de kosten op van het opstellen van jouw persoonlijke behandelplan via www.stimezo-zwolle.nl/menopauze.

Sommige zorgverzekeraars vergoeden (een deel van) deze kosten vanuit aanvullende pakketten. Neem contact op met je zorgverzekeraar voor actuele voorwaarden.

Over ons

Wij helpen je door deze periode

Wij geloven in zorg die aandachtig, persoonlijk en toegankelijk is. We richten ons op vrouwen die grip willen krijgen op hun overgangsklachten. Samen zorgen wij ervoor dat jij meer inzicht, rust en de regie weer in handen krijgt in deze periode van hormonale verandering.

Jo-Ann (53)

'Mijn huisarts kwam niet verder dan het voorschrijven van de pil. De menopauze arts heeft me hormoontherapie aangeraden en dat helpt.'



Zorgverleners

Overgangsverpleegkundige

Onze verpleegkundige is gespecialiseerd in begeleiding en behandeling tijdens de overgang. Zij biedt duidelijke uitleg, praktische tips en ondersteuning op maat, afgestemd op jouw dagelijkse leven en klachten.

Menopauze arts

Onze menopauze arts richt zich op medische begeleiding rondom de menopauze, inclusief diagnostiek, beleid en behandeling van overgangsgerelateerde klachten.

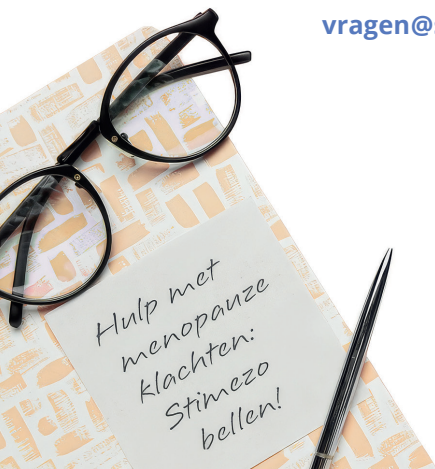
Dewie (46)

'Echt een fijne ervaring. Ze nemen de tijd en luisteren goed en dankzij de adviezen helpen zij me echt om prettig door deze fase heen te komen.'



Meer informatie?

Kijk op www.stimezo-zwolle.nl/menopauze
of maak meteen een afspraak via
vragen@stimezo-zwolle.nl



Betrokken en professionele ondersteuning bij overgangsklachten.

Maak een afspraak en krijg ook grip op de menopauze!

Wij zijn telefonisch bereikbaar op maandag t/m donderdag van 8:15 - 16:15 uur en op vrijdag van 8:15 tot 12:15 uur.

Bel 038 4217000
of mail naar vragen@stimezo-zwolle.nl

Klachten of suggesties?

We vinden het belangrijk dat jij je gehoord voelt. Heb je ervaringen, tips of ben je ergens niet tevreden over? Neem gerust contact met ons op, samen kijken we naar een passende oplossing.

Kijk ook op:
www.stimezo-zwolle.nl/menopauze