

Een tiener van bijna 50



Monica van Ee, Directeur hannah

**“WIE HEEFT NOU DE STOEL-
VERWARMING IN MIJN AUTO
AANGEZET?”** Dat was afgelopen voorjaar

mijn reactie op mijn eerste officiële opvlieger... Het was even schrikken! Na ook spontane zweetuitbarstingen en 's nachts om de drie uur wakker te worden, moet ik toch echt concluderen dat ik in de overgang ben. Dat zit ik wel uit, ik ben sterk, nooit ziek en een echte doorzetter, dus dit gaat me wel lukken. In de spiegel zie ik een vrouw met een goedverzorgde huid; en al zeg ik het zelf: voor bijna 50 toch echt geen oude

vrouw. Het grote voordeel is dat mijn menstruatie nu ook lekker uitblijft, dus wat heb ik nu te klagen? Na twee zeer warme weken moest ik toegeven dat dit toch echt geen pretje was en ik erg onrustig werd.

Eindelijk begrijp ik mijn oma, tante en moeder: de overgang is een hel! De gang naar de huisarts is mij gelukkig bijna onbekend, maar ik moest er nu toch echt aan geloven. Stiekem hoopte ik nog dat ze me zou mededelen dat mijn bloeddruk alleen wat hoog zou zijn en dat het zo op te lossen was. Maar nee, het waren toch alle verschijnselen van de overgang. Het steeds wakker worden in de nacht was de doorslaggevende factor om wat aan de overgangsklachten te doen. Ik slaap normaal maximaal zes uur per nacht en die heb ik met mijn ietwat ADHD-bestaan echt wel nodig. Mijn huisarts en ik concluderen uiteindelijk dat ik de overgang naar een nieuwe fase in mijn leven niet trek. We besluiten om de natuur toch maar een handje te helpen en mijn huisarts stelt voor om weer aan de pil te gaan. Gelukkig heb ik geen erfelijke aanleg voor (bijvoorbeeld) borstkanker en ik slik verder nooit iets, waardoor de pil een goede remedie voor mijn klachten kan zijn.

Ik ben nu dus aan de hormonen; na jaren weer dagelijks een pilletje slikken. Ik geef toe dat binnen een maand alle verschijnselen als sneeuw voor de zon waren verdwenen. Maar wat is er met mijn huid gebeurd? Ik lijk wel een tiener met jeugdpuisten, dat is lang geleden! Na een goed gesprek met mijn huidcoach (ja, ik heb ook advies van een ander nodig) heb ik mijn dagelijkse reiniging en verzorging aan moeten passen aan de veranderingen die mijn huid heeft doorgemaakt. Ik voel me nu echt weer een tiener, maar dan wel een van bijna 50!