

# “Vrouwen hebben een ander soort zorg nodig”

Last van uw hormonen? Niet over zeuren en lijdzaam ondergaan is vaak het advies. Het hoort er nu eenmaal bij. “Dat doen vrouwen zichzelf aan,” vindt Catherine van Heest, initiatiefneemster van Care for Women. “Tegen heel veel klachten is namelijk prima wat te doen.”

“Vrouwen hebben een ander soort zorg nodig dan mannen”, vertelt Catherine van Heest. “Het zit in onze genen om te zorgen en ‘in controle’ te zijn. Daarom wil een vrouw precies weten wat er met haar aan de hand is als ze zich niet lekker voelt. Ze is betrokken, stelt vragen en wil serieus genomen worden. Terwijl een man vaak zegt: ‘Geef me maar een pilletje, dan kan ik weer aan het werk.’”

“Het vrouwenlichaam zit ook heel anders in elkaar dan dat van de man”, vervolgt Catherine. “Vrouwen hebben een heel ander systeem. Daardoor zijn bijvoorbeeld algemene ziektebeelden soms heel anders dan bij een man. Het is bekend dat een hartaanval zich uit door pijn op de borst die uitstraalt naar de linkerarm. Alleen weten niet veel mensen dat er bij vrouwen heel andere aanwijzingen zijn voor hartklachten. Namelijk vermoeidheid, kaak- en nekpijn.”

## SLAAPPROBLEMEN

Volgens Catherine houdt de reguliere zorg soms te weinig rekening met deze verschillen tussen man en vrouw: “Artsen zijn heel erg gericht op het behandelen van patiënten. Daardoor kan het gebeuren dat een vrouw die zich met slaapproblemen bij haar huisarts meldt, wordt weggestuurd met een slaappmiddel, terwijl haar slaapgebrek misschien alles te maken heeft met de overgang. En dan schiet je niets op met alleen slaappillen. Dat kun je doktoren niet kwalijk nemen, want die moeten van enorm veel aandoeningen de ziektebeelden kennen. Care for Women richt zich op vrouwen. Onze verpleegkundigen worden speciaal opgeleid en weten dus alles van vrouwenkwaaltjes. Bovendien duurt een consult bij ons een uur en kunnen we dus goed de diepte in.”

## VROUWENKLACHTEN

“Je hoeft niet per se ziek te zijn om bij Care for Women aan te kloppen”, verduidelijkt Catherine. “Wij zijn er voor alle vrouwen en voor allerlei vragen. Over de puberteit, het gebruik van voorbehoedsmiddelen, seksualiteit, zwangerschap of zwanger raken, de balans vinden tussen werk en privé, de overgang, enzovoorts. Vrouwen die klachten hebben, kunnen

we laten zien welke behandelmogelijkheden er zijn. We kunnen hen ook helpen met een goede voorbereiding op een bezoek aan de dokter, zodat ze in het tien minuten durende consult duidelijk uit kan leggen wat ze wil. Maar voor heel veel vrouwenklachten geldt dat mensen vaak zelf ook het een en ander kunnen doen om de klachten te verminderen (zie de tips op pagina 12). Ook daar kunnen wij bij helpen."

#### **BORSTKANKER**

Daarnaast begeleidt Care for Women vrouwen met borstkanker. Bij een bezoek aan de dokter bijvoorbeeld, of bij de aanschaf van een pruik, of van lingerie nadat hun borst is verwijderd. "Vrouwen vinden het fijn om tegenover een vrouw te zitten, die de tijd voor ze neemt en hen een luisterend oor biedt. Iemand die een vrouw het gevoel geeft dat ze haar kan vertrouwen en die ze ook - in haar ogen - 'domme' vragen kan stellen. Wij proberen voor deze vrouwen een deskundige vriendin te zijn, en hen het gevoel te geven; "dit gaan we samen oplossen."

[WWW.CAREFORWOMEN.NL](http://WWW.CAREFORWOMEN.NL)

A close-up portrait of Catherine van Heest, a woman with short, wavy blonde hair and blue eyes. She is smiling warmly at the camera. She is wearing a light-colored, possibly grey or white, shawl or cardigan over a dark top, and a pearl necklace. The background is softly blurred, showing some red flowers. The image is framed by a red border on the top and right sides.

**CATHERINE VAN HEEST:**  
"ZIEKTEBEELDEN ZIJN SOMS HEEL ANDERS DAN BIJ EEN MAN"