

# Mevrouw Ooievaars Overgangs Quiz

Wat is een ander woord voor de overgang?

- A climacterium
- B menopauze
- C 2<sup>e</sup> puberteit

Waarom komt een vrouw in de overgang?

- A omdat ze een bepaalde leeftijd heeft bereikt, het is onderdeel van het ouder worden
- B haar eicellen zijn te oud en raken op
- C om haar leven wat uitdaging te geven

Ben je vanaf een bepaalde leeftijd in de overgang?

- A ja, vanaf 45 jaar is elke vrouw in de overgang
- B ja, precies dezelfde leeftijd als je moeder
- C nee, 45 is echt te jong, de overgang begint later

Waarom merk je dat je in de overgang bent?

- A aan fysieke klachten zoals opvliegers
- B aan emotionele klachten zoals onrustig voelen en snel huilen
- C als je onregelmatig of niet meer menstrueert
- D de overgang kan ongemerkt al bezig zijn

Welk risico brengt het climacterium/de overgang oa?

- A droge slijmvliezen
- B osteoporose
- C hart en vaatziekten

Overgangsklachten heb je alleen voor de laatste menstruatie:

- A klopt
- B nee, alleen erna
- C ervoor en erna
- D kan ervoor en erna of helemaal geen

Meerdere antwoorden zijn mogelijk! Wil je weten hoe goed je hebt gescoord? Breng je ingevulde quiz naar Drogisterij Mevrouw Ooievaar. Dan nemen we de antwoorden door. Als je vragen of problemen hebt kun je een persoonlijk overgangs consult boeken. Daarin kun je je vragen stellen en problemen bespreken. De overgang is niet bedoeld om uit klachten te bestaan!



Mijn overgangsklachten:

- Opvliegers
- Droge slijmvliezen
- Heftige menstruatie
- Snel emotioneel
- Onrustig, opgejaagd voelen
- Hartkloppingen
- Osteoporose
- Slecht slapen/slapeloosheid
- Spierpijn
- Gewrichtspijn
- Geagiteerd
- Gebrek aan libido
- Spontaan 5 kg aankomen
- Geheugenverlies
- Stress
- Afvragen of je relatie je nog gelukkig maakt
- Afvragen of je werk je nog gelukkig maakt
- ..
- ..
- ..

Als je klachten hebt die met de overgang te maken kunnen hebben, loop er dan niet langer mee door. Plan een overgangs consult met Mevrouw Ooievaar. Aandacht, een gesprek en natuurlijke supplementen kunnen je klachten flink verminderen en laten verdwijnen. Bel of app voor een afspraak. Een consult van 15 min is €15, 30 min €30.

**Kom met de ingevulde quiz naar de winkel en ontvang 15% korting op een supplement naar keuze.**

**Naam:**

**Woonplaats:**

**E-mail adres:**

**06-**

Het is heel goed dat er tegenwoordig meer aandacht is voor de overgang. Nog beter is het om onze dochters al te informeren, dat het bij ons vrouwzijn hoort. Dat doen we ook in het boek **WAUW! IK WORD VROUW!** Meer info over het boek op [wauwikwordvrouw.nl](http://wauwikwordvrouw.nl)

