

# PeriMeno PauzePeiling

Onderzoekperiode: maart 2026

**Deelnemers: 3800**

**Doel:** De bewustwording en kennis vergroten onder vrouwen over de peri-menopauze en het gesprek erover te normaliseren.

## Peri-menopauze: stille crisis in dagelijks leven en op de werkvloer

**97%** heeft klachten

Vermoeidheid

**82%**

Stemmingswisselingen

**73%**

Concentratieproblemen

**71%**

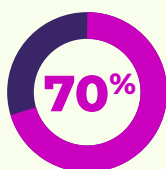
Slaapproblemen

**66%**

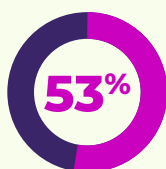
*"Mijn huisarts vindt testen op hormonen onzin, alles zou stress zijn, pijn krijg je als je ouder wordt, deal with it zei zij!"*



## Impact op dagelijks leven: Langdurig en ingrijpend



ervaart al langer dan 2 jaar klachten

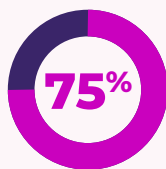


geeft aan veel tot zeer veel impact

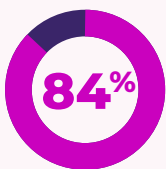


*"Dat huisartsen niet zo moeilijk moeten doen over het voorschrijven van hormoontherapie. Ik stuitte hierbij op weerstand en er werd gezegd dat ik 'te jong' zou zijn voor de peri-menopauze (op mijn 43e)"*

## Impact op werk: grote impact, weinig bespreekbaar



werk wordt beïnvloed

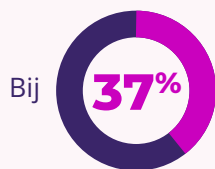


ziet veranderingen in concentratie en prestaties



vindt het lastig om klachten op het werk aan te kaarten

## Ondersteuning vanuit werkgevers is beperkt:



Bij is er geen aandacht voor de peri-menopauze op werk

### Waar zoekt men informatie?

De overgrote meerderheid gaat zelf op zoek naar informatie. Hierbij geeft **69%** aan informatie te halen uit online kanalen. Meer dan de helft (**51%**) heeft vervolgens moeite om ook de juiste, betrouwbare informatie te vinden.

**Conclusie: klachten zijn wijdverbreid, langdurig en hebben grote impact, terwijl ondersteuning beperkt is.**



Dit initiatief is opgezet door **SoFemale** in samenwerking met **Evelien Trip**, menopauzearts en seksuoloog NVVS, **Diederik Smit**, internist-endocrinoloog en **stichting Overgang en Hormonen**.

