

Hieronder volgt een uitgebreide symptomenlijst om erachter te komen of de klachten van hormonale aard zijn

Kruis aan wat voor jou van toepassing is.

Heb je een klacht af en toe (minder dan 1x per week) kleur dan 1 bolletje in.

Heb je een klacht 1 of 2 keer per week dan kleur je twee bolletjes in.

Heb je een klacht meer dan 5 keer per week dan kleur je alle 3 de bolletjes in.

Let op sommige vragen komen meerdere keren voor. Vul altijd alle vragen in.

Vragenlijst A

Botontkalking	☐	☐	☐
Doffe, droge of dunne huid	☐	☐	☐
Dun of droog haar	☐	☐	☐
Opvliegers	☐	☐	☐
Aankomen in gewicht	☐	☐	☐
Nachtzweeten	☐	☐	☐
Hoog Cholesterol	☐	☐	☐
Hart en vaatproblemen	☐	☐	☐
Vetverdeling meer op de buik dan op de billen en benen	☐	☐	☐
Psychische klachten	☐	☐	☐
Pijn in de onderrug	☐	☐	☐
Pijn in de benen	☐	☐	☐
Pijnlijke gewrichten	☐	☐	☐
Constipatie	☐	☐	☐
Minder stevige borsten	☐	☐	☐
Slapper bindweefsel	☐	☐	☐
Constant moe	☐	☐	☐
Snelle huidveroudering	☐	☐	☐
Regelmatig schimmelinfecties	☐	☐	☐
Mentale klachten/ stemmingswisselingen	☐	☐	☐
Depressie/ angst	☐	☐	☐
Prikkelbaar	☐	☐	☐
Huilbuien	☐	☐	☐
Duf hoofd	☐	☐	☐
Slaapproblemen	☐	☐	☐
Hoofdpijn tijdens menstruatie	☐	☐	☐
Geen zin in seks	☐	☐	☐
Tandvleesproblemen	☐	☐	☐
Onregelmatig ongesteld	☐	☐	☐
Vaginale droogheid	☐	☐	☐
Verminderd reukvermogen	☐	☐	☐
Geheugen problemen	☐	☐	☐
Blaasontstekingen	☐	☐	☐
Urineverlies	☐	☐	☐

Vragenlijst B

Hevige (pijnlijke) menstruaties/ bloedingen na de overgang	☐	☐	☐
Gespannen of pijnlijke borsten	☐	☐	☐
Vrouwelijke borstvorming bij mannen	☐	☐	☐
Cellulitis	☐	☐	☐
PMS	☐	☐	☐
Meer vetopslag in kuiten, bovenbenen en billen	☐	☐	☐
Vocht vasthouden, opgezet	☐	☐	☐
Acne	☐	☐	☐
Baarmoeder, Borst of Eierstok tumoren	☐	☐	☐
Prostaatvergroting of prostaatkanker	☐	☐	☐
Slaapstoornissen	☐	☐	☐
Stemmingswisselingen	☐	☐	☐
Vleesbomen in de baarmoeder	☐	☐	☐
Korte menstruaties	☐	☐	☐
Onregelmatige menstruaties	☐	☐	☐
Vocht vasthouden	☐	☐	☐
Afwijkend uitstrijkje	☐	☐	☐
Snelle gewichttoename	☐	☐	☐

Vragenlijst C

Opgeblazen gevoel	☐	☐	☐
Gewichtstoename	☐	☐	☐
Schildklierproblemen	☐	☐	☐
Koude handen en voeten	☐	☐	☐
Slaapproblemen	☐	☐	☐
Geen zin in seks	☐	☐	☐
Schimmel infecties	☐	☐	☐
Endometriose	☐	☐	☐
Stemmingswisselingen	☐	☐	☐
Vaginale schimmel infecties	☐	☐	☐
Vleesbomen in de baarmoeder	☐	☐	☐

Vragenlijst D

Gejaagdheid	☐	☐	☐
Hartkloppingen	☐	☐	☐
Huid warm en vaak vochtig	☐	☐	☐
Bolle ogen/ uitpuilende ogen	☐	☐	☐
Gezwolle schildklier	☐	☐	☐
Trillende handen	☐	☐	☐
Dunne huid	☐	☐	☐
Diarree	☐	☐	☐
Nervositeit	☐	☐	☐
Ochtendtemperatuur hoog (Barnes test)	☐	☐	☐
Osteoperose	☐	☐	☐
Spierslapte	☐	☐	☐
Vermagering	☐	☐	☐
Verkrampde vingers	☐	☐	☐

Vragenlijst E

Hoog Cholesterol	☐	☐	☐
Depressie en angstig gevoel	☐	☐	☐
Obstipatie	☐	☐	☐
Spiërkrampen en / of gewrichtspijnen	☐	☐	☐
Haaruitval (dun haar)	☐	☐	☐
Droge huid	☐	☐	☐
Leverproblemen (Pfeifer, Lyme)	☐	☐	☐
Breekbare nagels	☐	☐	☐
Koude (voeten, handen, neus)	☐	☐	☐
Extreem moe	☐	☐	☐
Gezwollen enkels, voeten en of handen	☐	☐	☐
Gezwollen schildklier	☐	☐	☐
Spataderen (ook couperose)	☐	☐	☐
Aambeien	☐	☐	☐
Aangekomen	☐	☐	☐
Bedplassen	☐	☐	☐
Bloedarmoede (ijzer, B12 tekort)	☐	☐	☐
Candida	☐	☐	☐
Oranje eelt op handen en/ of voeten	☐	☐	☐
Carpale tunnelsyndroom	☐	☐	☐
Gezwolle en/ of hangende oogleden	☐	☐	☐
Concentratieverlies	☐	☐	☐
Doofheid	☐	☐	☐
Fibromyalgie	☐	☐	☐
Bultjes op achterkant bovenarm	☐	☐	☐
Hartkloppingen/ ritmestoornissen	☐	☐	☐
Huid op de hielen droog en gebarsten	☐	☐	☐
Kleine handen	☐	☐	☐
Lipoedeem	☐	☐	☐
Lipoom	☐	☐	☐
Dikke nek	☐	☐	☐
Slecht zien	☐	☐	☐
Onvruchtbaarheid	☐	☐	☐
Hypermobiliteit	☐	☐	☐
Ruggegraatafwijkingen (Scoliose)	☐	☐	☐
Syndroom van Down	☐	☐	☐
Tanden onregelmatig	☐	☐	☐
Tong dik	☐	☐	☐
Trage reflexen	☐	☐	☐
Verminderde transpiratie	☐	☐	☐
Wenkbrauwen uitval van het laatste deel	☐	☐	☐
Zwaar gevoel in armen en benen	☐	☐	☐

Vragenlijst F

Hoge bloeddruk	☐	☐	☐
Nooit ziek	☐	☐	☐
Spiermassaverlies	☐	☐	☐
Hoge ademhaling	☐	☐	☐
Bissonnek	☐	☐	☐
Dunnere haren	☐	☐	☐
Rimpelige dunne huid	☐	☐	☐
Vet vooral op de buik	☐	☐	☐
Bol gezicht	☐	☐	☐
Laag libido	☐	☐	☐
Slaapproblemen	☐	☐	☐

Vragenlijst G

Moeilijk opstaan	☐	☐	☐
Slaapproblemen	☐	☐	☐
Slecht geheugen	☐	☐	☐
Lage bloeddruk	☐	☐	☐
Lage bloedsuiker	☐	☐	☐
Niet stressbestendig	☐	☐	☐
Gevoelig voor licht, geur en geluid	☐	☐	☐
Hoge ontstekingsgevoeligheid	☐	☐	☐
Allergie en/ of anti-immuunziekten	☐	☐	☐
Angst	☐	☐	☐
Drang naar zoet en/ of zout	☐	☐	☐
Duizeligheid	☐	☐	☐
Nervositeit	☐	☐	☐
Ongeduldig	☐	☐	☐
Snel geïrriteerd	☐	☐	☐
Spierzwakte	☐	☐	☐
Verminderd libido	☐	☐	☐
Vermoeidheid	☐	☐	☐

Vragenlijst H

Gewichtstoename bij het eten van koolhydraten	☐	☐	☐
Ontstekingen	☐	☐	☐
Voornamelijk vet op de "lovehandles"	☐	☐	☐
Vermoeidheid na maaltijden met koolhydraten	☐	☐	☐
Overgewicht	☐	☐	☐
Oogcomplicaties	☐	☐	☐
Slechte wondheling voeten/ enkels (diabetes)	☐	☐	☐
Sterke drang naar zoetheid	☐	☐	☐

Vragenlijst I

Zenuwproblemen	☐	☐	☐
Oogcomplicaties	☐	☐	☐
Droge mond en veel dorst	☐	☐	☐
Veel en vaak urineren	☐	☐	☐
Wondheling slecht	☐	☐	☐
Hart en vaat problemen	☐	☐	☐
Acetongeur (bij hypo)	☐	☐	☐
Hoge ontstekingsactiviteit	☐	☐	☐
Frozen schouder	☐	☐	☐
Stijve gewrichten	☐	☐	☐
Hoge bloeddruk	☐	☐	☐
Nierziektes	☐	☐	☐

Vragenlijst J

Dunne haren en wenkbrauwen	☐	☐	☐
Energie verminderd	☐	☐	☐
Concentratie verminderd	☐	☐	☐
Gewichtsproblemen	☐	☐	☐
Huid droog, dun, slap en rimpelig	☐	☐	☐
Korte lichaamslengte	☐	☐	☐
Smalle kaaklijn	☐	☐	☐
Krom lopen	☐	☐	☐
Lippen dun	☐	☐	☐
Osteoperose	☐	☐	☐
Weinig spiermassa	☐	☐	☐
Snel oud worden	☐	☐	☐
Vet op de buik	☐	☐	☐

Vragenlijst K

Depresiviteit	☐	☐	☐
Meer vet op de buik	☐	☐	☐
Weinig spiermassa	☐	☐	☐
Libido laag	☐	☐	☐
Vrouwelijke borstvorming bij mannen	☐	☐	☐
Weinig lichaamsbehairing (haarverlies kuiten)	☐	☐	☐
Vrouwelijke haargrens zonder inhammen	☐	☐	☐
Vrouwelijke kenmerken	☐	☐	☐
Angina Pectoris (=pijn op de borst)	☐	☐	☐
Botontkalking	☐	☐	☐
Bleek gezicht	☐	☐	☐
Slappe huid	☐	☐	☐
Droge ogen	☐	☐	☐
Varicocele (=spataderen bij of op de balzak)	☐	☐	☐

Vragenlijst L

Acne, vette huid en/ of roos	☐	☐	☐
Mannelijke kaalheid	☐	☐	☐
Mannelijke lichaamsbeharing	☐	☐	☐
Insulineresistentie	☐	☐	☐
Menstruatie is onregelmatig en blijft lang uit	☐	☐	☐
Hoge bloeddruk	☐	☐	☐
Cysten in de eierstokken (geconstateerd met een echo)	☐	☐	☐
Donkere plekken op het lichaam	☐	☐	☐
Onvruchtbaarheid	☐	☐	☐
Botontkalking	☐	☐	☐
Skin tags	☐	☐	☐

Vragenlijst M

Slaapproblemen	☐	☐	☐
----------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

