

Gynaecoloog, psychiater en cardioloog

H3-netwerk

Gebundelde krachten voor meer aandacht rondom connectie hoofd-hart-hormonen

Onlangs hebben psychiater prof. dr. Sandra Kooij, cardioloog dr. Janneke Wittekoek en gynaecoloog drs. Dorenda van Dijken het Hoofd-Hart-Hormonen (H3) Netwerk opgericht. Aanleiding voor dit netwerk is recent onderzoek waaruit blijkt dat ADHD, hartklachten en hormonale stemmingswisselingen vaak bij dezelfde patiënten voorkomen en dat de vrouwen met ADHD meer dan gemiddeld last van hart- en hormonale klachten hebben in de overgang en hier onnodig lang mee rondlopen.

Laatstgenoemde observatie is er ook eentje die cardioloog Janneke Wittekoek vanuit haar vakgebied enige tijd geleden al in HuisartsenService deelde. "Ik beweeg mij met name in de niche waarin ik aandacht vraag voor het vrouwenhart en preventie", zo stelde ze destijds.

"Uiteraard moeten we het wetenschappelijk nog onderbouwen met de door ons vergaarde data, maar als ik in die tien jaar HeartLife Klinieken iets geleerd heb, is dat slechts een minderheid van ongeveer een derde van de vrouwen die ik zie met hartproblemen recht-toe-rechtaan cardiologische klachten heeft. In de andere gevallen is er heel vaak last van hormonale ontsparing, overgangsklachten, psychische klachten of ondergediagnosticeerde klachten. Daarom is het belangrijk om de juiste zorg te integreren en krachten te bundelen."

Over de oprichters van het H3-netwerk

Professor dr. Sandra Kooij is psychiater bij PsyQ in Den Haag. Namens Parnassia Groep bekleedt zij de bijzondere leerstoel ADHD bij volwassenen aan Amsterdam UMC/VUMc. Ze is een van de eersten die signaleerde dat ADHD ook bij volwassenen voorkomt, heeft het bevolkingsonderzoek naar ADHD bij volwassenen in Nederland geïnitieerd en diverse boeken hierover geschreven. Drs. Dorenda van Dijken is gynaecoloog en verbonden aan het OLVG West in Amsterdam, ze is docent aan de opleiding voor verpleegkundig overgangsconsulenten aan de Breederode Hogeschool en voorzitter van de stuurgroep Women's Health van de NVOG en voorzitter van de Dutch Menopause Society. Sinds mei is ze tevens bestuurslid van de Europese menopauze vereniging (EMAS). Dr. Janneke Wittekoek is gezondheidswetenschapper, cardioloog en gespecialiseerd in het vrouwenhart. Ze is ondernemer in de zorg en oprichter van HeartLife Klinieken. Ze is lid van de werkgroep Gender van de NVVC. Janneke Wittekoek heeft zes boeken geschreven waaronder Hart & Hormonen, dat ze samen met Dorenda van Dijken schreef en haar laatste boek in dit thema; De Hart-Hoofd Connectie. Meer informatie: www.h3-netwerk.nl

Screening

Bij de lancering van het H3-netwerk zijn cijfers gepresenteerd die meer inzicht geven. Zo vond HeartLife Kliniek bij screening van 300 vrouwen met hartklachten bij 35 procent levenslange ADHD-symptomen; dat is 7-10 keer zo veel als in de algemene bevolking. PsyQ (waaraan Sandra Kooij verbonden is), vond in onderzoek bij vrouwen met ADHD 2-3 keer zo vaak premenstruele, postpartum en perimenopauzale stemmingsklachten als in de algemene bevolking (Dorani 2021). Bij het OLVG, waar Dorenda van Dijken werkzaam is op de poli gynaecologie staat de teller op 25% positieve ADHD-screenings bij gecompliceerde menopauzeScreening. Screening op ADHD bij premenstruele en postpartum depressie is de volgende stap.

Veel misverstanden

Wittekoek stelt dat met de oprichting van het netwerk een signaal afgegeven wordt. "We moeten in de toekomst naar meer geïntegreerde vrouwenzorg toe! 'Women's health' zal steeds meer vanuit een breed kader bekeken en gediagnosticeerd moeten gaan worden." Het is al langer bekend dat een groot aantal vrouwen onnodig lang rondloopt met gezondheidsklachten. Zo blijkt dat vrouwen met bijvoorbeeld ADHD bovengemiddeld vaak last hebben van hormonale stemmingswisselingen/depressie en hartklachten, vooral in de periode rond de overgang. Ook zijn er nog veel misverstanden over bijvoorbeeld het voorkomen van ADHD bij vrouwen, hartproblemen bij vrouwen, de overgang en hormoontherapie, waardoor vrouwen niet de hulp krijgen die ze nodig hebben en/of

onnodig lang op de wachtlijst staan. "Voor ons de ultieme reden om het H3-netwerk te creëren."

Geïntegreerde zorg stimuleren

Het H3-netwerk is het eerste niet gesponsorde (en derhalve geheel onafhankelijke) medische online platform dat als doel heeft om geïntegreerde zorg te stimuleren en te faciliteren, met als uiteindelijk doel om (interdisciplinair) de zorg voor vrouwen te verbeteren. Met het H3-netwerk wordt kennis voor zowel professional als patiënt toegankelijker. Door deze kennisdeling kunnen vrouwen sneller en beter behandeld worden. "Vrouwen staan nu bijvoorbeeld op de wachtlijst bij zowel een psychiater als bij een gynaecoloog. Door de multidisciplinaire samenwerking te stimuleren en te faciliteren wint de patiënt tijd en kan zij eerder geholpen worden", aldus gynaecoloog Dorenda van Dijken. "Ik zie persoonlijk in de

'Women's health zal steeds meer vanuit een breed kader bekeken en gediagnosticeerd gaan worden'

spreekkamer vooral vrouwen met hormonale stemmingsklachten. Dankzij dit netwerk ben ik erachter gekomen hoeveel raakvlakken er zijn met bijvoorbeeld hartklachten, maar ook met stemmingswisselingen bij met name vrouwen die daar gevoelig voor zijn; vrouwen met PMS, met PMDD, ADHD, bipolariteit. En door je daarop te focussen, merk je pas hoe vaak het voorkomt en hoe

onderbelicht het is en ook hoe onbekend en hoe weinig aandacht er voor is. Dat moet dus veranderen."

Kennis delen

"Toen ik Janneke Wittekoek ontmoette op een congres, vertelde ze me dat zij de vrouwen zoals ik die omschreef dagelijks in haar praktijk zag", aldus psychiater Sandra Kooij. "Toen hebben we afgesproken dat we dat moesten onderzoeken, met onder meer de resultaten van de HeartLife Klinieken-screening als uitkomst. Maar wat betekent dat nu voor de gezondheid van die vrouwen? Waarom hebben zij meer cardiale klachten en waarom vaak in de menopauze? Met Dorenda van Dijken hebben we besloten de verbanden uit te gaan pluizen. Want als de neurotransmitters in het hoofd ontregeld zijn en zich daar bovenop hormonale problemen aftekenen, zijn de effecten voor deze vrouwen dubbel. Ons onderzoek is nu gericht op ADHD, maar we verwachten dat ook vrouwen met andere psychische klachten zoals een bipolaire stoornis, PMDD, autismespectrumstoornis, angst en/of depressie vergelijkbare klachten in de overgang hebben als vrouwen met ADHD. In de toekomst hopen we daar meer onderzoek naar te kunnen doen. We willen met ons netwerk voor vrouwen met specifieke klachten een uitkomst bieden, door het zo snel mogelijk vormen van regionale H3-netwerken van zorgprofessionals uit alle drie de domeinen met kennis van zaken, inclusief de huisartsen, en een landelijk forum voor ervaringsdeskundigen. We hopen dan ook dat zoveel mogelijk zorgprofessionals en ervaringsdeskundigen zich bij ons aansluiten, om het H3-netwerk nog meer kracht en samenwerking te kunnen laten bieden."

Dorenda van Dijken, Sandra Kooij, Janneke Wittekoek

