



Anticonceptie Voor Oudere Vrouwen

Translated by Henk Oosterhof, Femi Janse and Dorenda van Dijken from the Dutch Menopause Society .

The International Menopause Society is grateful for permission to adapt for global use the information sheet that was originally produced by **Menopause Matters**. The medical and scientific information provided might not be relevant to a particular woman's circumstances and should always be discussed with her own health-care provider

www.menopausematters.co.uk

Menopause
matters[™]

Anticonceptie Voor Oudere Vrouwen

www.menopauseinfo.org

menopause
Info

International **IMS**
Menopause Society
Promoting education and research on midlife women's health



Anticonceptie: voor oudere vrouwen

Vrouwen komen vaak in de verleiding om (en doen dat ook vaak!) de anticonceptie te staken voordat hun menstruatie volledig stopt. Hoewel de vruchtbaarheid in deze levensfase laag is, is deze niet nul. Een ongeplande zwangerschap op oudere leeftijd kan verwoestend zijn voor de individuele vrouw en kan voor moeilijke keuzes zorgen. Beroepsbeoefenaren in de gezondheidszorg raden vrouwen daarom aan om door te gaan met anticonceptie totdat er geen kans meer is op ovulatie en risico op zwangerschap. Vrouwen in hun late reproductieve jaren kunnen ook zware, onregelmatige of pijnlijke menstruaties hebben, waarmee rekening moet worden gehouden bij het kiezen van een anticonceptiemethode. Veel vrouwen in deze levensfase zullen ook nadenken over het al dan niet starten van hormoonvervangende therapie (HST).

Wanneer stoppen met anticonceptie?

De algemene regels zijn om anticonceptie voort te zetten voor:

- Nog een jaar na de laatste spontane menstruatie bij 50 jaar of ouder
- Nog twee jaar na de laatste spontane menstruatie indien jonger dan 50 jaar

Factoren die de vruchtbaarheid beïnvloeden

De vruchtbaarheid begint behoorlijk dramatisch af te nemen bij vrouwen na hun midden tot eind 30. De belangrijkste reden hiervoor is een afname van de kwaliteit van de eitjes die in de eierstokken van een vrouw worden geproduceerd. Zwangerschappen na de leeftijd van 50 jaar zijn zeldzaam.

Vrouwen die vruchtbaarheidsbehandelingen ondergaan na de leeftijd van 40 jaar hebben zeer slechte slagingspercentages. Het is echter algemeen bekend dat een oudere vrouw met succes zwanger kan worden met behulp van gezonde donoreicellen van een jongere vrouw. De oudste vrouw die op deze manier een kind krijgt, is momenteel 65 jaar. De baarmoeder van een oudere vrouw kan hormonaal worden gestimuleerd om een zwangerschap te ondersteunen op leeftijden ver na de natuurlijke menopauze. Dit toont duidelijk aan hoe de belangrijkste beperking voor een succesvolle zwangerschap ligt in de kwaliteit of het ontbreken van eitjes, en niet in de functie van de baarmoeder.

Een andere belangrijke factor die de conceptie op oudere leeftijd beïnvloedt, is de frequentie van seksuele activiteit. Studies hebben aangetoond dat getrouwde vrouwen van 40 jaar gemiddeld waarschijnlijk half zo vaak geslachtsgemeenschap hebben als getrouwde vrouwen van 20 jaar. Met een hoog aantal echtscheidingen is het echter goed mogelijk dat individuen in deze levensfase nieuwe relaties aangaan en vaker seksueel actief zijn.

