

Praktische tips bij de start van de hormoonfase

U gaat starten met de hormoonfase en heeft mondeling informatie ontvangen van de endocrinoloog en verpleegkundig consulent van het Kennis- en Zorgcentrum voor Genderdysforie (KZcG). Tijdens de gesprekken wordt er veel informatie aan u gegeven. Een aantal zaken worden daarom hieronder nog eens samengevat. Het is mogelijk dat niet alle onderwerpen voor u van toepassing zijn.

Afspraken

Tijdens de hormoonfase krijgt u elke 3 maanden een afspraak bij de psycholoog. U krijgt begeleiding van dezelfde psycholoog waar u tijdens de diagnostische fase gesprekken mee heeft gehad. Daarnaast heeft u ook na 3, 9 en 12 maanden een hormooncontrole. De afspraak na 9 maanden wordt ingepland met de verpleegkundig consulent. Het kan zijn dat u na 6 maanden ook terug moet komen; dit zal de endocrinoloog met u bespreken. We doen ons uiterste best de afspraken op dezelfde dag in te plannen, dit is echter niet altijd mogelijk. De afspraken kunnen digitaal (videobellen) of fysiek (een bezoek aan de poli) plaatsvinden. U kunt uw vervolgspraken bekijken via Mijn Dossier. Daar vindt u ook of het om een digitale of fysieke afspraak gaat. Heeft u Mijn Dossier nog niet geactiveerd? Ga naar <https://mijndossier.amsterdamumc.nl>.

Onderzoeken

Er wordt bloed afgenomen bij de eerste afspraak en na 3 en 12 maanden. Voor de bloedafname hoeft u niet nuchter te zijn. Daarnaast doen we bij elke afspraak nog een aantal metingen, zoals uw bloeddruk, pols, gewicht en de BIA-meting. De doktersassistente doet deze metingen vóór uw afspraak bij de arts.

Wens voor een operatie?

Heeft u een wens voor een operatie? Tussen de 9- en de 12-maanden afspraak vindt er een overleg plaats, genaamd MDO (Multi Disciplinair Overleg). Hierin worden alle patiënten met een operatiewens besproken. Met het gehele team wordt er dan bekeken of u klaar bent voor de volgende fase (chirurgische fase). De psycholoog zal gedurende de hormoonfase eventuele operatiewensen met u bespreken en dit bespreken in het MDO. Wanneer het gehele team van mening is dat u klaar bent voor de chirurgische fase, krijgt u een verwijzing op de 12-maanden afspraak. Deze afspraak is meestal wat later dan 12 maanden na de start van uw hormoonbehandeling. Dit komt omdat het ons niet altijd lukt de afspraken elke 3 maanden te plannen.

Naam- en geslachtwijziging

Wilt u uw naam en/of uw geslacht wijzigen? Wanneer u ouder bent dan 16 jaar, kunt u met een getekende ‘verklaring wijziging geslacht’ van de psycholoog uw naam en geslacht laten wijzigen in het BRP (Basis Registratie Personen). De getekende verklaring mag niet ouder zijn dan 6 maanden. Het aanvraagformulier voor deze verklaring kunt u krijgen van de verpleegkundig consulent, het secretariaat of u kunt het downloaden en printen via de website van het Kennis- en Zorgcentrum. Het aanvraagformulier vult u in en kunt u inleveren bij het secretariaat of opsturen (zie adres op formulier). Binnen 6 tot 8 weken krijgt u de officiële verklaring van de psycholoog thuisgestuurd. Met deze verklaring kunt u bij uw geboortegemeente een aantekening laten maken op uw geboorteakte. Vervolgens kunt u bij de gemeente waar u momenteel woont uw nieuwe documenten (rijbewijs, ID/paspoort) aanvragen. Bij sommige instanties zal de wijziging automatisch worden doorgevoerd. Bij Amsterdam UMC, locatie VUmc, is dit niet zo. U kunt een week na uw wijziging contact opnemen met het patiëntloket (020 444 33 36) op werkdagen van 9.00 tot 18.00 uur. Bent u in het buitenland geboren? Ga dan naar www.denhaag.nl en typ ‘transgender’ in bij het zoekicoontje voor meer informatie.

Logopedie

Wanneer u logopedie wilt, wordt u verwezen naar een logopedist in uw regio, als er geen sprake is van stemklachten zoals hees- of schorheid. U kunt dit bespreken tijdens een consult met de verpleegkundig consulent. Die zal een verwijzing in orde maken.

Injecteren

Wanneer u gekozen heeft voor medicatie in de vorm van injecties, is er de mogelijkheid dit te laten doen door de doktersassistente van het genderteam. U kunt zich met medicatie melden bij receptie M. De meeste huisartsen kunnen de injecties ook geven, wij kunnen hen van het juiste instructiemateriaal voorzien. Bovendien wordt instructiemateriaal meegeleverd bij de medicatie.

U heeft in overleg met de arts en/of verpleegkundig consulent, de mogelijkheid om zelf medicatie te injecteren.

Vruchtbaarheid

Naar alle waarschijnlijkheid hebben alleen hormonen (zonder genitale operaties) invloed op uw vruchtbaarheid. Er zijn mogelijkheden om zaad- of eicellen in te vriezen. Vraag hiernaar bij uw hoofdbehandelaar, deze kan u doorverwijzen. Voor meer informatie over vruchtbaarheid kunt u terecht op onze website.

Anticonceptie

De behandeling met hormonen geldt niet als anticonceptie. De kans dat u vruchtbaar bent tijdens het gebruik van hormonen is wellicht klein, maar niet helemaal nul. U moet dus aanvullende anticonceptie gebruiken als u gemeenschap heeft (vrijen). Voor meer informatie hierover verwijzen wij u graag naar onze website.

Bevolkingsonderzoek

Zodra u een officiële geslachtswijziging in de BRP (Basis Registratie Personen) heeft doorgevoerd, zult u geen oproepen krijgen voor het bevolkingsonderzoek van het biologische geslacht maar wel voor het geslacht dat in de BRP staat geregistreerd (bijvoorbeeld borstkanker of baarmoederhalskanker). Overleg met uw gynaecoloog of plastisch chirurg of u in aanmerking komt voor deze bevolkingsonderzoeken of juist niet meer.

Herhaalrecept

Wanneer u een herhaalrecept nodig heeft kunt u deze aanvragen via Mijn Dossier of telefonisch via het secretariaat. Kies dan in het bel-menu voor 'herhaalrecept aanvragen', vervolgens voor 'optie 1' en dan 'optie 2'. Als u uw naam, geboortedatum en gewenste medicament met dosering inspreekt wordt dit zo spoedig mogelijk verwerkt. Herhaalrecepten worden elektronisch verstuurd of gefaxt naar uw apotheek.

Informatie voor trans vrouwen

Gelaatsontharing (gezichtsontharing)

Wanneer u gelaatsontharing wilt, krijgt u van de verpleegkundig consulent eenmalig een verwijsbrief (indicatiestelling). U kunt daarna zelf een geschikte huidtherapeut uitzoeken. Deze therapeut moet aangesloten zijn bij de Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten (NVH). U kunt hier een geschikte huidtherapeut vinden: www.huidtherapie.nl en zoek op 'vind een huidtherapeut'.

Heeft u een huidtherapeut gevonden? Neem contact op met de therapeut en bespreek of zij voor u de juiste behandelingen kunnen verzorgen. Stel vervolgens samen een behandelplan op en stuur dit, met de verwijsbrief van het KZcG naar uw zorgverzekeraar. Zij laten u daarna weten of zij de behandelingen zullen vergoeden.

De zorgverzekeraar vergoedt een bepaald aantal behandelingen. Als er daarna nog extra behandelingen nodig zijn, dan kunt u dit zelf aanvragen bij de zorgverzekeraar.

Genitale ontharing

Als u een vaginaplastiek overweegt, is het nodig om het genitaal te laten ontharen. U kiest samen met de verpleegkundig consulent een huidtherapeut uit, waarmee het KZcG een contract heeft. Soms is dit dezelfde huidtherapeut waar u de gelaatsontharing laat uitvoeren. Als u dat wenst, bespreek dit dan met de verpleegkundig consulent.

U krijgt een brief met daarin de contactgegevens van de gekozen ontharingskliniek en een code. Deze code is een betalingskenmerk; de kliniek gebruikt dit voor het opstellen van hun factuur. De kliniek stuurt de factuur van het ontharen naar Amsterdam UMC, locatie VUmc. U hoeft hiervoor dus niets te doen. Wanneer u de brief met de code heeft ontvangen, mag u zelf contact opnemen met de kliniek om een afspraak in te plannen.

Vergoeding extra behandelingen genitaal

Blijkt het maximaal aantal behandelingen onvoldoende volgens uw huidtherapeut? Dan kan uw huidtherapeut een terugrapportage sturen naar de verpleegkundig consulent van het Genderteam. Informatie hierover staat in het contract wat de huidtherapeut van ons heeft ontvangen.

De verpleegkundig consulent zal een verlenging in orde maken. U hoeft daarvoor niet langs te komen. Het maximaal aantal behandelingen is 10 laserbehandelingen of 20 behandelingen elektrisch epilieren.

Tot slot

Als u achteraf nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de polikliniek. Dit kan via Mijn Dossier (kies de juiste specialist in uw dossier), mail of telefonisch. Heeft u vragen voor de verpleegkundig consulent dan kiest u voor 'medisch inhoudelijke vraag' in het bel-menu of stuurt u een mail naar verpleegkundigen-genderteam@amsterdamumc.nl . U krijgt dan een (terugbel)afpraak bij de verpleegkundig consulent. Het secretariaat is op werkdagen telefonisch bereikbaar van 9.00 tot 12.00 uur en van 13.00 tot 16.00 uur op het nummer 020 44 405 42 Ook kunt u ons bereiken via Mijn Dossier.

Meer (achtergrond)informatie

Wij verwijzen u graag naar onze website voor voorlichting en achtergrondinformatie. U vindt daar bijvoorbeeld onze patiëntfolders met daarin veel informatie over bijvoorbeeld medicatie en operaties. Ook handig voor uw omgeving of bijvoorbeeld de huisarts.

Ga naar www.amsterdamumc.nl en zoek op 'genderdysforie'

Medimapp

Tijdens uw afspraken krijgt u veel informatie. Wilt u thuis deze informatie nog eens rustig nalezen? Of wilt u zich voorbereiden op een afspraak die gepland staat? Dit kan via onze nieuwe digitale tool: MediMapp.

U kunt via Mijn Dossier inloggen op MediMapp.