

Hormoonbehandeling met estradiol

In deze tekst leest u over de hormoonbehandeling met estradiol. Wij leggen uit welke soorten estradiol er zijn, hoe u deze kunt gebruiken en wat de effecten zijn.

Informatievideo's

Naast deze tekst vindt u op YouTube aanvullende informatie in onze video's

- [Informatievideo hormoon remmende medicatie](#)
- [Instructievideo injecteren Decapeptyl®](#)
- [Instructievideo injecteren Pamorelin®](#)

Soorten hormonen

Voor de behandeling kunnen we 2 soorten medicijnen gebruiken. Samen met uw arts en psycholoog kiest u wat voor u het beste is.

- Estradiolis een geslachtshormoon
- Er zijn ook medicijnen die het geslachtshormoon testosteron minder maken.

Manieren om estradiol te gebruiken

U kunt estradiol op verschillende manieren gebruiken. U leest hieronder de keuzes en wat belangrijk is bij elk soort gebruik.

Slikken als pil

- U neemt de pillen iedere dag
- Het aantal pillen hangt af van wat uw arts zegt.

Pleister op de huid

- U plakt de pleister 2 keer per week, bijvoorbeeld op maandag en donderdag.
- Kies een stuk huid dat niet beschadigd en niet behaard is, bijvoorbeeld op de buik of bil.
- Breng de pleister niet aan op de borsten of het geslachtsdeel.
- Zorg dat uw huid schoon en droog is voordat u de pleister plakt.
- Wissel steeds van plek.
- Een gewone pleister over de hormoonpleister plakken mag als deze snel loslaat.
- U mag douchen met de pleister.

Gel of spray op de huid

- Smeer of spray iedere dag op een schone, droge huid van uw arm of bovenbeen.
- Vermijd de borsten en het geslachtsdeel.

- Laat de gel of spray eerst drogen voor u zich aankleedt.
- Was het eerste uur na het aanbrengen niet uw huid op die plek.

Voor- en nadelen van de vormen

| Kenmerk | Tablet | Gel/spray | Pleister |
|-----------------------|---|--|--|
| Hoe vaak? | elke dag innemen | elke dag smeren of sprayen | 2x per week plakken |
| Gebruik | tablet innemen, 1 of meerdere keren per dag | zelf aanbrengen op huid (armen, bovenbenen, schouders) | pleister op de huid plakken (buik, bovenbeen, bil, onderrug) |
| Voordelen | geen risico op overdracht op anderen | | minder vaak nodig geen risico op overdracht op anderen |
| Nadelen | elke dag nodig iets hoger risico op trombose | elke dag nodig kans op overdracht op anderen niet snel douchen na smeren | meer zichtbaar door pleister die blijft zitten pleister kan jeuk of roodheid geven van de huid pleister kan loslaten |
| Kosten/ vergoeding | wordt vergoed | wordt vergoed | wordt vergoed |

Medicijnen om het geslachtshormoon testosteron minder te maken

We gebruiken meestal injecties met triptoreline. De merknaam van deze middelen is Decapeptyl® of Pamorelin®. Deze middelen zorgen dat uw lichaam minder testosteron maakt.

- Meestal krijgt u eerst Decapeptyl® via een prik om de 4 weken.
- Bevalt dit goed? Na 3 maanden krijgt u verder Pamorelin® via een prik om de 12 weken.

Mochten deze middelen niet beschikbaar zijn dan zijn er alternatieven.

- Cyproteronacetaat raden we af vanwege kans op bepaalde tumoren (van de hersenvliezen).
- Spironolacton-tabletten worden soms als alternatief voor de injecties gebruikt, maar we moeten dan vaker bloed pikken en uw bloeddruk controleren.
- Heeft u vragen over deze middelen of wilt u iets anders proberen? Bespreek het met uw arts.

Veranderingen door estradiol

De hormoonbehandeling zorgt voor veranderingen van uw lichaam. Niet alles verandert even snel of veel. Sommige dingen veranderen blijvend.

- De borsten gaan groeien. Het meest recente onderzoek laat een gemiddelde cup AAA zien na een jaar hormoonbehandeling.
- Spiermassa neemt af, en u krijgt meer vet rond uw heupen en minder vet op uw buik. De bouw van het skelet verandert niet. Uw gewicht kan wat toenemen.
- Uw huid wordt zachter.
- Haargroei op het lichaam wordt minder, maar verdwijnt niet helemaal. Daarvoor kunt u aanvullende behandelingen kiezen, zoals scheren, harsen of laserontharing.
- De zaadballen worden kleiner en de mogelijkheid tot erecties en orgasmes nemen af.

- U krijgt meestal minder zin in seks.
- Het stemgeluid wordt niet hoger.
- Gevoelens kunnen veranderen. U kunt bijvoorbeeld sneller emotioneel zijn.
- Vruchtbaarheid wordt minder. U kunt nog steeds kinderen verwekken, dus gebruik zo nodig voorbehoedsmiddelen.
- Wilt u een kind krijgen of heeft u vragen hierover? Maak dan een afspraak via uw psycholoog of arts.

In onderstaand schema staan alle effecten op een rij. U leest de tijd die het kan duren voordat de verandering zichtbaar wordt, of blijvend is veranderd. De duur en de mate van verandering verschilt per persoon. Dit hangt samen met uw genetische aanleg. We adviseren u om niet zelf uw dosering aan te passen, want dit kan het risico op bijwerkingen verhogen. Bespreek uw wensen met uw arts.

| Effect | Eerste effect te zien na ongeveer | Het maximale effect bereikt na ongeveer |
|------------------------------------|-----------------------------------|---|
| borstgroei | 2 - 3 maanden | 2 - 3 jaar |
| herverdeling vetmassa | 3 - 6 maanden | 2 - 3 jaar |
| afname spiermassa- en kracht | 3 - 6 maanden | 1 - 2 jaar |
| zachter worden van de huid | 3 - 6 maanden | onbekend |
| vertraging haargroei lichaam | 6 - 12 maanden | meer dan 3 jaar |
| haargroei hoofdhuid | | beperkte teruggroei |
| afname libido | 1 - 3 maanden | 3 - 6 maanden |
| afname spontane erecties | 1 - 3 maanden | 3 - 6 maanden |
| afname teelbalvolume | 3 - 6 maanden | 2 - 3 jaar |
| afname spermaproductie | onbekend | meer dan 3 jaar |
| afname mannelijke seksuele functie | variabel | variabel |
| stemverandering | geen | |

Mogelijke bijwerkingen

U kunt last krijgen van de volgende dingen

- Vermoeidheid, neerslachtigheid of opvliegers.
- Pijnlijke tepels, vocht uit tepels, hoofdpijn, vermoeidheid, verminderde conditie.
- Toename van gewicht.
- Uitslag, roodheid of jeuk bij de pleister.
- In zeldzame gevallen een probleem met de lever. We controleren daarom uw bloed.

Sommige bijwerkingen verdwijnen vanzelf. Bespreek klachten met uw arts, verpleegkundige of psycholoog.

- Bent u erg ziek of is er geen afspraak gepland, neem dan contact op met ons secretariaat of uw huisarts.

Controle tijdens de behandeling

Tijdens de behandeling komt u regelmatig op controle. Gedurende het eerste jaar gaat u meestal

- ledere 3 maanden naar de psycholoog
- ledere 3 tot 6 maanden naar de arts of verpleegkundige.

We meten uw bloeddruk, gewicht en onderzoeken uw bloed. Samen met u passen we de dosering zo nodig aan. Blijf naar de controles komen, dat is belangrijk voor uw veiligheid.

Belangrijke aandachtspunten

Gaat u starten met estradiol? Soms is de kans op trombose hoger, vooral bij tabletten. Daarom adviseren wij soms de gel, spray of pleister

- als u of uw familie trombose heeft gehad
- als u ouder dan 50 jaar bent
- als u rookt of te zwaar bent.

Botsterkte

Verminderde botsterkte komt regelmatig voor bij transgender en gender-diverse personen. Voor gezonde botten is het belangrijk voldoende zuivel en vitamine D binnen te krijgen en genoeg te bewegen. Vandaar dat u bij de start van de hormoonbehandeling het advies krijgt om vitamine D-tabletten te nemen, dagelijks 3 - 4 porties zuivel te eten/drinken, of calcium-tabletten te gebruiken en voldoende te bewegen.

Borstvergroting?

Misschien overweegt u een borstvergroting met een prothese. Ons advies is om hiermee te wachten tot minstens 2 jaar na de start van de hormoonbehandeling, omdat uw borsten mogelijk nog iets door kunnen groeien. De kosten van uw borstvergroting worden meestal niet gedekt door de zorgverzekering. Er is wel een subsidieregeling. Deze kunt u aanvragen via het Ministerie van VWS. Voorwaarden zijn: de diagnose genderdysforie is gesteld, u heeft een jaar hormonen gebruikt en nog nooit eerder borstprothesen gekregen.

Op de website van het ministerie staat ook meer informatie over de operatie, de risico's, en de kosten. We adviseren om deze goed door te lezen.

Bevolkingsonderzoek na uw transitie

Transgender vrouwen hebben minder kans op borstkanker dan cisgender vrouwen, maar meer dan cisgender mannen. Daarom is meedoen aan het bevolkingsonderzoek voor borstkanker verstandig. Dit kan vanaf 50 jaar.

Heeft u nog geen geslachtswijziging aangevraagd, registreer u dan zelf voor het onderzoek via deze website: [Deelnamewens](#).

Gezond leven tijdens behandeling

Het is belangrijk om gezond te blijven leven

- niet roken
- regelmatig bewegen

- gezonde voeding
- blijf op een gezond gewicht.

Voor een operatie is het soms verplicht om niet te roken en op gewicht te zijn. Uw arts of psycholoog geeft u advies.

Hormonen op de lange termijn

Waarschijnlijk blijft u uw leven lang hormonen gebruiken. Na bijvoorbeeld een vaginaplastiek of het verwijderen van de zaadballen heeft u geen middelen meer nodig die testosteron onderdrukken. Estradiol blijft dan wel belangrijk, onder andere voor uw botten.

Om uw gezondheid te bewaken komt u in ieder geval eens per 3 jaar op controle. Dit kan meestal ook bij een arts in uw eigen regio. Wilt u dit? Bespreek dit dan met uw arts.

Meer informatie of vragen

Wilt u meer weten of heeft u vragen?

- Kijk op onze website bij de patiënteninformatie
- Neem contact op met uw arts of psycholoog
- Bekijk de filmpjes op YouTube via de links bovenaan deze tekst.