

Träff 1

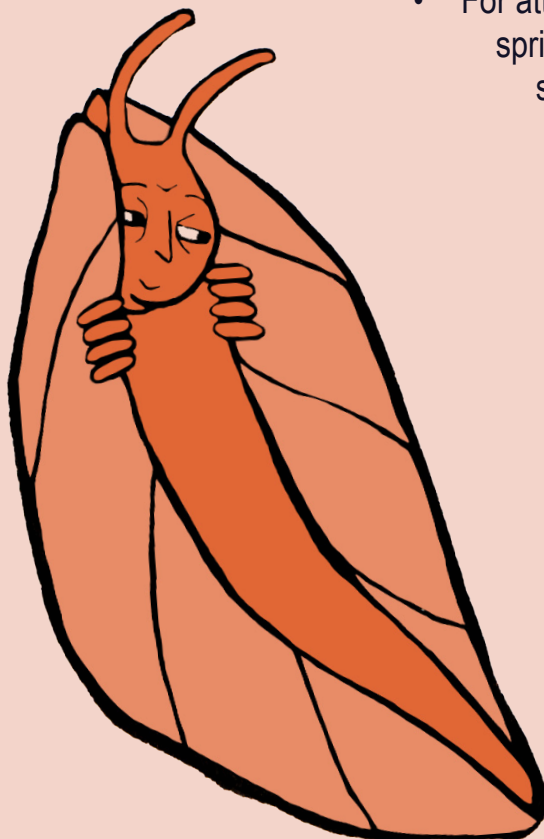
Hormoner & symptom

Diskussionsfrågor

1. Vilka tankar väckte videon om klimakteriet hos dig?
2. Det finns många olika symptom man kan få i klimakteriet. Vilka klimakteriesymptom har du hört om?
3. Östrogenet och hormoner överlag har en stor betydelse för kvinnans kropp. Var det något i videon som var nytt för dig vad gäller hormonerna?
4. Vad är din uppfattning, är det lätt att få det stöd som behövs av hälsovårdspersonal, vad gäller hormonell obalans och eventuella klimakteriebesvär?
5. I vilka sammanhang i samhället talar man om hur klimakteriet påverkar livet?



Veckans klimakterieutmaning



- För att minska tabun kring klimakteriet, och sprida information, så är det viktigt att vi själva är aktiva. Lärde du dig något nytt i dag som du kunde berätta vidare?
- Och när var du på en gynekologisk undersökning senast? Kolla om det vore dags att boka in en tid!

"Klimakteriet är en samhällsfråga, ingen kvinnofråga. Klimakteriet drabbar alla som har med kvinnor att göra, och kvinnorna behöver stöd."

"Jag tycker det känns lite spännande att kroppen genomgår större förändringar, också om symptomen i sig inte är så roliga."