

# Hormoonbehandeling transmannen

Kennis- en Zorgcentrum Genderdysforie

**U staat op het punt te beginnen met de hormoonbehandeling. In deze folder kunt u lezen wat deze behandeling precies inhoudt. We bespreken de effecten die u kunt verwachten, de verschillende toedieningsvormen en de controles.**

## Effecten hormoonbehandeling

De hormoonbehandeling heeft als doel vermannelijking. Door het toedienen van het mannelijk geslachtshormoon testosteron zullen veranderingen optreden, zowel lichamelijk als geestelijk. Sommige van deze veranderingen zullen snel optreden, andere veranderingen hebben meer tijd nodig. Sommige veranderingen zijn omkeerbaar als u stopt met de behandeling, andere veranderingen zijn onomkeerbaar en zullen blijven, ook als u stopt met de behandeling. Ook kan het zijn dat er aantal ongewenste effecten optreedt ten gevolge van de behandeling.

In de tabel hieronder ziet u welke effecten wanneer te verwachten zijn. Let op, onderstaande tabel geeft gemiddelden weer. Wanneer en in welke mate de effecten optreden, verschilt sterk per persoon.

### Lichamelijke effecten hormoonbehandeling

Effect	Start van effect	Verwachte tijd tot bereiken maximale effect
Vettere huid/acné	1-6 maanden	1-2 jaar
Stoppen van menstruatie	1-6 maanden	
Lager stemgeluid	1-4 maanden	1-2 jaar
Baardgroei en toename lichaamsbehaarung	3-6 maanden	4-5 jaar
Clitorisgroei	1-2 jaar	
Dunner en droger vaginaslijmvlies	1-6 maanden	1-2 jaar
Veranderingen vetverdeling	1-6 maanden	2-5 jaar
Toegenomen spiermassa en -kracht	6-12 maanden	2-5 jaar
Haarverlies hoofd	6-12 maanden	Variabel, erfelijk

### Ongesteldheid

Door de toediening van testosteron lukt het bijna altijd om de ongesteldheid te stoppen. Wanneer de ongesteldheid stopt verschilt echter per persoon. Het kan ook voorkomen dat u toch bloedverlies blijft houden, ondanks een goede testosteronwaarde in het bloed. In dat geval kunt u dit met de arts bespreken en kunt u mogelijk tijdelijk extra medicijnen gebruiken die de

ongesteldheid toch kunnen stoppen.

#### *Psychologische effecten en libido*

Testosteronbehandeling zorgt vaak voor een afname van de gevoelens van genderdysforie. Daarnaast kunnen er psychologische veranderingen optreden. Uw stemming kan veranderen en u kunt zich wat ongeduldiger voelen. De behandeling gaat ook vaak gepaard met een toename van de zin in seks, het libido. Dit kan gewenst zijn, maar kan ook als vervelend ervaren worden.

#### *Botdichtheid*

Testosteronbehandeling heeft geen negatief effect op de botdichtheid. Een lage botdichtheid voor de start van de hormoonbehandeling komt echter wel vaak voor. Een lage botdichtheid is een risico voor het krijgen van botbreuken. Daarom wordt bij de start van de hormoonbehandeling een botdichtheidsmeting (DEXA-scan) gedaan. Hiermee kan de botdichtheid berekend worden en zo nodig in de loop der tijd vervolgd worden. Op basis van de uitslag van de DEXA scan zult u advies krijgen van uw arts.

#### *Vruchtbaarheid*

Tijdens de gesprekken met de psycholoog is er met u gesproken over de vraag of u kinderen wilt krijgen. Zoals hierboven besproken, zorgt testosteron ervoor dat de ongesteldheid stopt. Dit betekent ook dat u onvruchtbaar wordt. Toch is de hormoonbehandeling niet geschikt voor anticonceptie. Bij het hebben van geslachtsgemeenschap is het daarom belangrijk dat u voorbehoedsmiddelen gebruikt. Het is onduidelijk wat de langetermijneffecten van testosteron op de baarmoeder en eierstokken zijn. Als u vragen heeft over vruchtbaarheid en kinderen krijgen, kunt u dit bespreken met uw arts.

#### *Bijwerkingen*

De hormoonbehandeling kan ook ongewenste effecten hebben. Deze treden meestal aan het begin van de behandeling op. Op de toedieningsplaats van testosteron kan een reactie optreden, zoals huiduitslag, roodheid of jeuk. Daarnaast kan testosteron ervoor zorgen dat de huid vetter wordt en dat er acné ontstaat. Ook kan testosterongebruik leiden tot kaalheid. In het begin van de behandeling kan testosterongebruik leiden tot gewichtstoename. Als bovengenoemde of andere klachten optreden kunt u deze bespreken met uw arts, verpleegkundige of psycholoog. U kunt natuurlijk ook contact opnemen met de polikliniek als er geen afspraak gepland staat op korte termijn. Indien u acute klachten heeft, adviseren wij u contact op te nemen met uw huisarts.

#### *Hart- en vaatziekten*

Op de lange termijn kan testosteron een verhoogd risico op hart- en vaatziekten geven. Om dit goed in de gaten te houden, vinden er regelmatig bloeddrukcontroles en bloedonderzoeken plaats. Hierbij kijken we onder andere naar het cholesterolgehalte en de bloedsuiker.

### **Toedieningsvormen van testosteron**

Er bestaan verschillende manieren om testosteron toe te dienen. Bij de toediening van testosteron streven we naar stabiele testosteronwaarden in het bloed. In VUmc wordt testosteron als gel of injectie voorgeschreven. Er zijn twee soorten injecties beschikbaar.

- *Testosterongel* (AndroGel®) zorgt voor een stabiele testosteronwaarde in het bloed zonder pieken en dalen. U moet deze gel dagelijks rond hetzelfde tijdstip op de huid smeren. Het duurt ongeveer 5 tot 10 minuten voor de gel om in te trekken. Anderen die de gel aanraken kunnen ook testosteron binnen krijgen, dit kan nog tot 6 uur na insmeren gebeuren. Daarom moet u na gebruik de handen altijd wassen. Bij intiem contact is het belangrijk dat u eerst een douche neemt of de ingesmeerde huid bedekt.
- *Testosteroninjecties* bestaan in twee vormen. De eerste vorm (Nebido®) wordt elke 12 weken

toegediend en zorgt ook voor stabiele testosteronspiegels. Deze injectie wordt helaas niet volledig vergoed, waardoor u moet bijbetalen. De tweede vorm (Sustanon®) is een testosteroninjectie die elke 3 weken wordt toegediend. Dit middel kan voor meer pieken en dalen in uw testosteronwaarde zorgen. Sommige mensen merken dit bijvoorbeeld aan hun stemming. Daarnaast bestaat er waarschijnlijk een grotere kans op bijwerkingen omdat u vlak na de injectie hoge testosteronspiegels heeft. Voor deze injectie betaalt u een kleine eigen bijdrage.

### **Controles**

Wij vinden het belangrijk om van u te horen hoe u de lichamelijke en emotionele veranderingen beleeft. Tijdens het eerste jaar van de hormoonbehandeling zien wij u elke 3 maanden in de polikliniek voor gesprekken met de psycholoog en elke 3 of 6 maanden voor controle bij een arts of verpleegkundige. Tijdens deze controles worden de bloeddruk en het gewicht gecontroleerd en vindt regelmatig bloedonderzoek plaats. Dit bloedonderzoek is bedoeld om de testosteronspiegel te controleren en eventuele bijwerkingen op het spoor te komen. De dosering van de testosteron kan zo nodig worden aangepast. De dosering van de testosteron zelfstandig ophogen, leidt niet tot meer of snellere vermannelijking, maar verhoogt wel de kans op bijwerkingen. De controles zijn nodig om de hormoonbehandeling veilig te houden. Wij rekenen erop dat u op de afspraken komt.

### *Lange termijn*

De hormoonbehandeling is in principe levenslang. Als u goed bent ingesteld, vinden de controles minder vaak plaats. Om de langetermijneffecten van de hormoonbehandeling te controleren, komt u één keer per twee jaar op controle.

### *Bevolkingsonderzoek*

Als u uw geslacht officieel heeft laten wijzigen, wordt u niet meer automatisch opgeroepen voor het bevolkingsonderzoek voor baarmoederhalskanker en borstkanker. Als u geen baarmoeder- en/of borstverwijdering heeft gehad, is het daarom belangrijk om contact op te nemen met de screeningsorganisatie in uw regio. Het bevolkingsonderzoek voor baarmoederhalskanker bestaat uit vijfjaarlijkse controles bij een leeftijd van 30 tot 60 jaar. Het bevolkingsonderzoek voor borstkanker bestaat uit tweejaarlijkse controles bij een leeftijd van 50 tot 75 jaar.

### **Contactgegevens**

Kennis- en Zorgcentrum Genderdysforie, receptie K

T: (020) 444 0542

E: [genderteam-poliklini@vumc.nl](mailto:genderteam-poliklini@vumc.nl)

W: [www.vumc.nl/afdelingen/zorgcentrum-voor-gender](http://www.vumc.nl/afdelingen/zorgcentrum-voor-gender)