



Marlies Wegewijs-de Jong  
Huisarts en kaderhuisarts ggz  
Huisartsenpraktijk Wessels en Wegewijs, Reuver

# Een oudere transgender vrouw

Als kaderhuisarts ggz met aandachtsgebied genderzorg spreek ik regelmatig transgender personen en geef ik advies aan huisartsen en praktijkondersteuners. Zo maak ik kennis met mevrouw Puts (67 jaar).

## Mevrouw van binnen, meneer van buiten

In het consultatieformulier, gekoppeld aan de basisregistratiepersonen (BPR) staat 'dhr. Puts'. Voor de zekerheid roep ik haar binnen met 'Puts'. Zij oogt als man (de genderexpressie) en zo kent iedereen haar. Maar van kinds af aan past het toegewezen geslacht (seks) helemaal niet bij hoe zij zich voelt. Ze voelt zich vrouw (de genderidentiteit). Binnenshuis kleedt zij zich van jongs af aan heimelijk als vrouw, maar buitenshuis is zij meneer Puts. De laatste maanden is dit aan het veranderen: zij heeft enkele mensen om haar heen op de hoogte gebracht en de kring die het weet wordt steeds groter. Hoewel deze nieuwe openheid haar angst inboezemt voor wat dit zal betekenen in relaties en vriendschappen, ervaart zij vooral grote blijdschap en opluchting. Veel reacties blijken positief en steunend.

## Sociale stappen

Mevrouw Puts dubt of zij op haar leeftijd nog aan een transitie kan beginnen. Is dit veilig? Hoe lang moet je daarop wachten? Ik bespreek met haar dat transitie een proces is met vele stappen, waarin zij zelf zal gaan ontdekken wat zij nodig heeft en wanneer. Ik beschrijf haar verschillende aspecten van transitie. Stappen in sociale transitie zijn het veranderen van naam en voornaamwoorden, het dragen van kleding en het aannemen van de maatschappelijke rol van het wensgeslacht. Ook het veranderen van stemgebruik en intonatie kan hierbij horen. Wettelijke transitie is het wijzigen van de naam en het geslacht in de BRP na het verkrijgen van een deskundigenverklaring. Deze stappen zijn mogelijk zonder diagnose of indicatiestelling.

### Bejegening

Hoe iemand oogt of geregistreerd staat, komt niet altijd overeen met het beleefde gender. Juist aanspreken is essentieel voor een goede behandelrelatie. Vraag daarom wat de gewenste naam en voornaamwoorden zijn en maak een pop-up in het huisartsinformatiesysteem. Meer leren over bejegening? Er zijn gratis e-learnings van Rutgers beschikbaar: 'Transgender in de huisartsenpraktijk' en 'Interseks en seksediversiteit in de huisartsenpraktijk'.

## Ondersteuning

Ik vertel haar over Transvisie, patiëntenvereniging voor transgender personen die informatie en contact met ervaringsdeskundigen biedt. Mevrouw Puts is blij met alle informatie, ze is opgelucht en ontroerd dat zij gezien wordt, dat er mogelijkheden zijn en dat zij niet de enige is. Als ik vraag hoe zij aangesproken wil worden, twijfelt zij. De huisarts benoemt in de consultaanvraag: ‘Zal ik nu hij of zij opschrijven?’ Dit zet haar aan het denken: nu ze zich laat kennen als vrouw willen mensen haar ook in taal zo erkennen, dit doet haar goed. Op dit moment verander ik nog niets in de naam of voornaamwoorden in het huisartsendossier maar schrijf mijn verslag wel in de zij-vorm. Ik heb immers kennisgemaakt met de eerder verborgen mevrouw Puts. In deze turbulente periode kan zij wel steun gebruiken. Ik adviseer haar een afspraak met de praktijkondersteuner-ggz te maken om te spreken over haar ervaringen, keuzes en tempo van sociale transitie. ‘Maar’, vraagt zij, ‘weet de poh-ggz hier wel iets vanaf?’ Ik leg uit dat de poh-ggz niet vaak mensen met genderdysforie ziet, maar dat die mensen dagelijks ondersteunt in thema’s als leren luisteren naar en kenbaar durven maken van de eigen wensen, omgaan met onzekerheid, veranderingen in relaties, in verbinding blijven of komen met de mensen om je heen en omgaan met stress door keuzes buiten de sociale verwachting. Als de poh-ggz met respect kan aansluiten bij haar behoeften heeft mevrouw Puts er wel vertrouwen in.

### Overbrugging

Wachttijden voor gespecialiseerde genderzorg zijn lang. Gelukkig kunnen wij binnen de huisartsenzorg al veel voor iemand betekenen! Informatie en links naar ondersteuningsmateriaal vind je op de website [Huisartsenzorgvoortransgender.nl](https://huisartsenzorgvoortransgender.nl).

## En medische stappen?

Mevrouw Puts heeft ook vragen over medische transitie, maar veegt deze direct van tafel: ‘Ik ben toch te oud en de wachtlijst is te lang – 7 jaar!’. Medische behandeling is in Nederland mogelijk na diagnostiek en indicatiestelling. Er zijn gespecialiseerde academische centra voor genderzorg met zeer lange wachttijden. Echter, ook enkele ggz-instellingen, met wachttijden tussen een en anderhalf jaar, werken samen met medische behandelcentra voor hormonale en chirurgische interventies. Mevrouw Puts wil eigenlijk heel graag hormonen gebruiken zodat ze borstgroei krijgt. Over chirurgische ingrepen is ze niet uit, ze wil graag met een psycholoog spreken om haar wensen en mogelijkheden hierin te verkennen. Ik wijs haar op de website [Transgenderwegwijzer.nl](https://transgenderwegwijzer.nl) waar ze kan zoeken naar een geschikte zorgverlener. Zij gaat dit thuis bekijken en met haar eigen huisarts bespreken.

*Deze casus is samengesteld uit gesprekken met meerdere personen.*