

Greene Climacteric Scale – Printversie

Jouw klachten kunnen we in kaart brengen met de Greene Climacteric Scale Extra.

Beoordeel elke klacht van 0 t/m 3:

0 = nooit 1 = af en toe 2 = vaak 3 = heel vaak

Als je op alle items een 2 (vaak) of een 3 (heel vaak) scoort, dan is het waarschijnlijk dat je in de overgang bent. Bij een score van 0 of een enkele 1, ben je mogelijk nog niet in de overgang of ervaar je weinig klachten.

Klacht	0 (nooit)	1 (af en toe)	2 (vaak)	3 (heel vaak)
Aanvallen van hartkloppingen	☐	☐	☐	☐
Gespannen of nerveus gevoel	☐	☐	☐	☐
Slaapstoornissen	☐	☐	☐	☐
Opgewonden gevoel	☐	☐	☐	☐
Paniek aanvallen	☐	☐	☐	☐
Concentratieproblemen	☐	☐	☐	☐
Vermoeidheid / lusteloosheid	☐	☐	☐	☐
Ongeïnteresseerdheid	☐	☐	☐	☐
Neerslachtig / niet gelukkig voelen	☐	☐	☐	☐
Huilbuien	☐	☐	☐	☐
Snel geïrriteerd	☐	☐	☐	☐
Stemmingswisselingen	☐	☐	☐	☐
Minder zelfwaardering	☐	☐	☐	☐

Vergeetachtigheid	☐	☐	☐	☐
Gevoel van duizeligheid / flauwvallen	☐	☐	☐	☐
Gespannen gevoel in hoofd of lichaam	☐	☐	☐	☐
Tintelingen of doof gevoel in huid/lichaam	☐	☐	☐	☐
Hoofdpijn	☐	☐	☐	☐
Spier- of gewrichtspijn	☐	☐	☐	☐
Minder gevoel in handen/voeten	☐	☐	☐	☐
Ademhalingsproblemen	☐	☐	☐	☐
Droge vaginale slijmvlies	☐	☐	☐	☐
Vaginale klachten (jeuk/irritatie/flour)	☐	☐	☐	☐
Vocht vasthouden	☐	☐	☐	☐
Gespannen borsten	☐	☐	☐	☐
Urineverlies	☐	☐	☐	☐
Opvliegers	☐	☐	☐	☐
Nachtelijk zweten	☐	☐	☐	☐
Geen zin meer in seks	☐	☐	☐	☐
Pijn bij vrijen	☐	☐	☐	☐

Andere klachten (open vraag):



Invloed van klachten

Je werkefficiëntie, productiviteit of relatie met collega's?

☐ niet ☐ licht ☐ matig ☐ hevig ☐ niet van
toepassing

Je sociale activiteiten?

☐ niet ☐ licht ☐ matig ☐ hevig

Je verplichtingen thuis?

☐ niet ☐ licht ☐ matig ☐ hevig