

Vrouwen, Hormonen & Autisme

Een gids voor professionals



Extra's Teamlicentie

Uitgebracht door TheAutismWay.nl

EXTRA'S TEAMLICENTIE



the autism way

IMPLEMENTATIELEIDRAAD

VROUWEN, HORMONEN EN AUTISME VOOR INTERN GEBRUIK BINNEN TEAMS EN ORGANISATIES

Inhoudsopgave

- 01 Doel van deze leidraad
- 02 Uitgangspunten voor teamgebruik
- 03 Gebruik in intake en diagnostiek
- 04 Wanneer zet je deze gids als team in?
- 05 Gebruik in begeleiding en behandeling
- 06 Gebruik in multidisciplinair overleg (MDO)
- 07 Samenwerking met huisarts, gynaecologie en endocrinologie
- 08 Wat deze gids nadrukkelijk níet is
- 09 Aandachtspunten voor zorgvuldige toepassing
- 10 Tot slot
- 11 Licentiegebruik

01 Doel van deze leidraad

Deze implementatieleidraad ondersteunt professionals bij het **gezamenlijk en zorgvuldig toepassen** van de gids Vrouwen, Hormonen en Autisme binnen een praktijk, team of organisatie.

De gids is geen protocol en geen behandelrichtlijn, maar een **klinische en conceptualiserende lens**. Deze leidraad helpt teams om die lens op een consistente, professionele en niet-medicaliserende manier te gebruiken in intake, diagnostiek, begeleiding en multidisciplinair overleg.

Deze leidraad hoort bij een **teamlicentie** en is bedoeld voor **intern gebruik** binnen het afgesproken aantal medewerkers.



02 Uitgangspunten voor teamgebruik

Bij gebruik van deze gids binnen een team gelden de volgende uitgangspunten:

- ✓ De gids **vervangt geen medische diagnostiek** en doet geen causale uitspraken
- ✓ Hormonale factoren worden **altijd benaderd als medefactor**, nooit als enige verklaring
- ✓ De gids ondersteunt **cyclisch en contextueel denken**, niet lineaire probleemduiding
- ✓ Interpretatie gebeurt in **samenhang met autisme, stressregulatie en levensfase**
- ✓ Gebruik binnen teams vraagt om **zorgvuldige taal**, om overdiagnostiek en genderbias te voorkomen

03 Wanneer zet je deze gids als team in?

De gids is vooral relevant wanneer teams werken met vrouwen met (vermoeden van) ASS die:

- ✓ Terugkerende of cyclische uitval ervaren
- ✓ Wisselende prikkelgevoeligheid of stemmingsklachten rapporteren
- ✓ Klachten laten zien rond menstruatie, zwangerschap, postpartum of overgang
- ✓ Vastlopen ondanks reguliere begeleiding
- ✓ Eerder zijn gediagnosticeerd met depressie, angst, burn-out of ALK zonder volledig verklarend kader

De gids is **niet bedoeld** als standaardinstrument voor alle cliënten, maar als **verdiepende laag wanneer patronen hierom vragen**.



04 Gebruik in intake en diagnostiek

Wat verandert er in de intake?

Teams kunnen de intake verrijken door:

- ✓ Expliciet te vragen naar **cyclische patronen**
- ✓ Hormonale levensfasen mee te nemen in de context
- ✓ Onderscheid te maken tussen:
 - Stabiele autistische kenmerken
 - Fluctuaties die samenhangen met hormonale fasen

Belangrijk:

Deze vragen zijn **exploratief**, niet diagnostisch. Ze maken patronen zichtbaar zonder deze direct te labelen.

05 Gebruik in begeleiding en behandeling

Waar ondersteunt de gids concreet bij?

Binnen begeleiding kan de gids helpen bij:

- ✓ Normaliseren van klachten die lichamelijk én neurologisch verklaarbaar zijn
- ✓ Psycho-educatie over prikkelverwerking, stress en hormonale gevoeligheid
- ✓ Beter afstemmen van belasting en herstel
- ✓ Voorkomen van zelfverwijt en psychologisering

Wat vraagt dit van het team?

- ✓ Denken in **draagkracht en herstel**, niet alleen in coping
- ✓ Aandacht voor **interoceptie en lichamelijke signalen**
- ✓ Herkennen dat maskeren en hormonale schommelingen elkaar kunnen versterken
- ✓ Tijdig signaleren wanneer medische samenwerking nodig is



06 Gebruik in multidisciplinair overleg (MDO)

De gids is bij uitstek geschikt als **gedeelde taal in MDO**.

Teams kunnen de gids inzetten om:

- ☒ Fragmentatie tussen disciplines te verminderen
- ☒ Hormonale levensfasen mee te nemen in de context
- ☒ Klachten niet uitsluitend psychisch of somatisch te duiden
- ☒ Samenhang te zien tussen stress, prikkelverwerking en hormonen

Richtvragen voor MDO kunnen zijn:

- ☒ Zien we cyclische patronen die eerder niet zijn meegenomen?
- ☒ Welke discipline ziet welk deel van het probleem?
- ☒ Wordt hormonale context voldoende meegenomen in interpretatie en beleid?

07 Samenwerking met huisarts, gynaecologie en endocrinologie

Wanneer hormonale factoren mogelijk bijdragen aan klachten, is samenwerking essentieel.

De gids ondersteunt professionals bij:

- ☒ Het herkennen van signalen die medische evaluatie vragen (zoals PMDD, PCOS of overgangsklachten)
- ☒ Het onderbouwen van verwijzingen met heldere observaties
- ☒ Het voeren van beter afgestemde gesprekken met andere disciplines

De gids **vervangt deze samenwerking niet**, maar helpt haar te structureren.



08 Wat deze gids nadrukkelijk níet is

Voor helderheid binnen het team:

- ☒ Geen medisch handboek
- ☒ Geen behandelprotocol
- ☒ Geen diagnostisch instrument
- ☒ Geen verklaring voor alle klachten

De gids biedt **kader, taal en context**, geen diagnoses.

09 Aandachtspunten voor zorgvuldige toepassing

- ☒ Vermijd conclusies op basis van één observatie
- ☒ Houd rekening met individuele verschillen
- ☒ Wees terughoudend met labels
- ☒ Blijf onderscheid maken tussen correlatie en causaliteit
- ☒ Bespreek hormonale invloed altijd in samenhang met het bredere functioneren

10 Tot slot

Deze gids nodigt teams uit om **verder te kijken dan gedrag alleen** en om lichaam, brein en context in samenhang te blijven zien.

Professionele toepassing vraagt geen nieuwe expertise, maar **een bredere blik** — en juist die gezamenlijke blik is waar teamgebruik het verschil maakt.

11 Licentiegebruik

Deze implementatieleidraad hoort bij een geldige teamlicentie en is bedoeld voor intern gebruik binnen de afgesproken teamomvang. Externe verspreiding of individueel doorgeven valt hier niet onder.



CASUS- EN REFLECTIEVRAGEN VOOR TEAMOVERLEG

BIJ GEBRUIK VAN DE GIDS VROUWEN, HORMONEN EN AUTISME

Inhoudsopgave

- 01 Doel van dit document
- 02 Gebruikskader
- 03 Casusvragen – het zichtbaar maken van patronen
- 04 Reflectievragen – duiding binnen het team
- 05 Vragen over functioneren en belasting
- 06 Medicatie en samenwerking
- 07 Afrondende reflectie
- 08 Tot slot
- 09 Licentiegebruik

01 Doel van dit document

Deze casus- en reflectievragen ondersteunen teams bij het **gezamenlijk duiden van patronen** bij vrouwen met (vermoeden van) ASS, waarbij hormonale factoren mogelijk een rol spelen.

De vragen zijn bedoeld voor:

- ☒ Multidisciplinair overleg (MDO)
- ☒ Intervisie
- ☒ Teamreflectie
- ☒ Gezamenlijke casusbespreking

Ze zijn **niet diagnostisch**, maar **verkennend**. Het doel is om verbanden zichtbaar te maken zonder te medicaliseren of te versimpelen.

02 Gebruikskader

Gebruik deze vragen:

- ☒ In samenhang met klinische observaties
- ☒ Aanvullend op bestaande diagnostiek en begeleiding
- ☒ Met aandacht voor individuele verschillen

Niet elke vraag is altijd relevant. Selecteer wat past bij de casus.

03 Casusvragen – het zichtbaar maken van patronen

Deze vragen helpen om **cyclische en contextuele patronen** te herkennen.

- 1 Zien we terugkerende momenten waarop klachten verergeren of juist afnemen?
- 2 Vallen deze momenten samen met fases van de menstruatiecyclus of hormonale transitie?
- 3 Zijn er perioden waarin prikkelgevoeligheid, emotionele reactiviteit of uitval duidelijk toeneemt?
- 4 Is er sprake van wisselende draagkracht die eerder als 'onvoorspelbaar' werd gezien?
- 5 Worden klachten anders ervaren of beschreven in verschillende levensfasen (bijv. overgang, postpartum)?

04 Reflectievragen – duiding binnen het team

Deze vragen ondersteunen **gezamenlijke interpretatie**, zonder snelle conclusies.

- 1 Welke verklaringen hanteren wij nu vooral: psychologisch, somatisch, neurobiologisch – en wat missen we mogelijk?
- 2 Is er voldoende aandacht voor de samenhang tussen autisme, stressregulatie en hormonale invloed?
- 3 Bestaat het risico dat cyclische klachten lineair of structureel worden geïnterpreteerd?
- 4 Welke aannames maken wij (bewust of onbewust) over 'wisselende stemming' of 'emotionele instabiliteit'?
- 5 Sluit onze taal aan bij wat bekend is over neurobiologie en stress, of onbedoeld bij genderbias?

05 Vragen over functioneren en belasting

Deze vragen helpen om **belasting en herstel** beter te begrijpen.

- 1 Zijn er momenten waarop maskeren minder lukt – en hoe verhouden die zich tot hormonale fases?
- 2 Hoe verandert herstel na stress in verschillende perioden?
- 3 Wordt uitputting voldoende erkend als fysiologische belasting, en niet alleen als copingprobleem?





06 Medicatie en samenwerking

Gebruik deze vragen wanneer medicatie of medische zorg een rol speelt.

- 1 Verandert de werking of bijwerking van medicatie in verschillende fases van de cyclus?
- 2 Is hormonale context meegenomen in eerdere medicatie-evaluaties?
- 3 Is interdisciplinaire afstemming voldoende, of werken disciplines nog los van elkaar?

07 Afrondende reflectie

Deze vragen helpen om het overleg te vertalen naar zorgvuldige vervolgstappen.

- 1 Wat helpt deze vrouw op dit moment het meest: inzicht, rust, aanpassing van belasting of medische evaluatie?
- 2 Welke stap kunnen wij zetten zonder te overdiagnosticeren of te psychologiseren?
- 3 Wat vraagt deze casus van ons als team in afstemming, taal en samenwerking?

08 Tot slot

Deze vragen zijn bedoeld om **ruimte te maken voor nuance**. Niet om sneller te verklaren, maar om **beter te begrijpen**. Zorgvuldige toepassing vraagt tijd, overleg en terughoudendheid – precies daar waar teamgebruik zijn meerwaarde heeft.

09 Licentiegebruik

Dit document hoort bij een geldige teamlicentie en is bedoeld voor intern gebruik binnen het afgesproken aantal medewerkers. Externe verspreiding of individueel doorgeven valt hier niet onder.

TEAMTOOL 1:

6 KERENVRAGEN VOOR HORMONALE SIGNALERING

VOOR GEBRUIK BINNEN TEAMS EN MULTIDISCIPLINAIR OVERLEG

Inhoudsopgave

- 01 Doel van dit hulpmiddel
- 02 De 6 kernvragen
- 03 Gebruikskader
- 04 Licentiegebruik

01 Doel van dit hulpmiddel

Deze zes kernvragen helpen professionals om **hormonale gevoeligheid als medefactor** te herkennen bij vrouwen met (vermoeden van) ASS, zonder te medicaliseren of te diagnosticeren.

De vragen zijn bedoeld als:

- ☒ Gespreksondersteuning bij intake of vervolgsconsult
- ☒ Gezamenlijke reflectie in MDO
- ☒ Check-in bij terugkerende uitval of wisselende klachten



02 De 6 kernvragen

- 1 Zien we patronen die samenhangen met de menstruatiecyclus of hormonale fases?
- 2 Zijn er vaste momenten waarop overprikkeling, somberheid of emotionele ontregeling terugkeren?
- 3 Verandert de prikkelgevoeligheid, stressreactie of behoefte aan rust per fase?
- 4 Zijn er hormonale levensfasen (puberteit, zwangerschap, postpartum, overgang) waarin klachten duidelijk toenamen?
- 5 Verandert de werking of bijwerking van medicatie gedurende de cyclus of levensfase?
- 6 Ervaart de vrouw zelf lichamelijke signalen die terugkeren — ook als deze (nog) niet medisch zijn geduid?

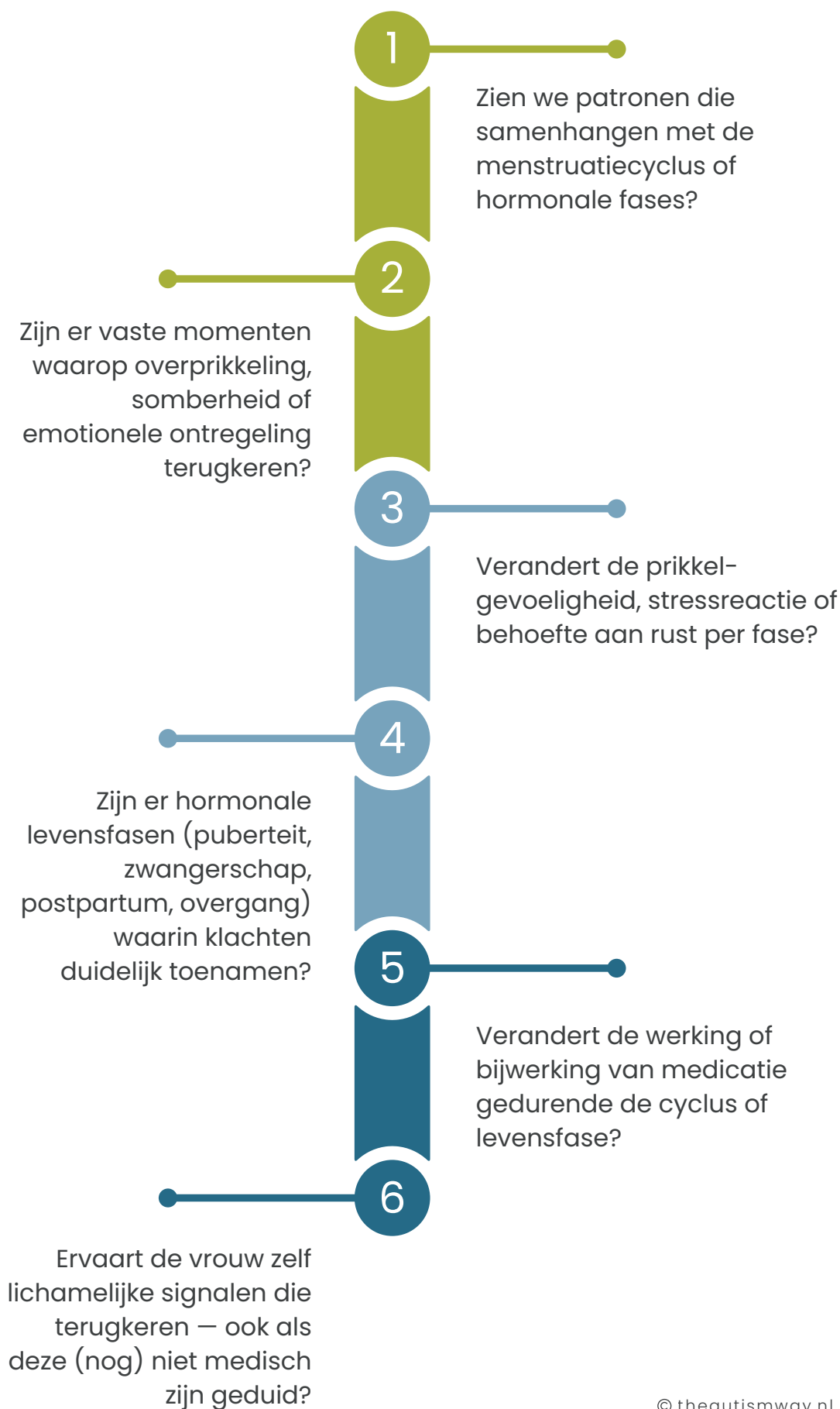
03 Gebruikskader

- ☒ Deze vragen zijn **verkennend**, niet diagnostisch
- ☒ Niet elke vraag is altijd relevant
- ☒ Patronen worden vaak pas zichtbaar door **cyclisch terugkijken**

04 Licentiegebruik

Deze tool is bedoeld voor intern gebruik binnen een geldige teamlicentie.

ILLUSTRATIE: DE ZES KERNVRAGEN VOOR HORMONALE SIGNALERING



TEAMTOOL 2:

RODE VLAGGEN BIJ CYCLISCHE ONTREGELING

WANNEER DENKEN AAN HORMONALE MEDEFACTOREN

Inhoudsopgave

- 01 Doel van dit hulpmiddel
- 02 Rode vlaggen
- 03 Belangrijke nuance
- 04 Licentiegebruik

01 Doel van dit hulpmiddel

Deze checklist helpt teams om signalen te herkennen die **kunnen wijzen op hormonale invloed** bij vrouwen met ASS, zodat belangrijke context niet gemist wordt.

Dit is **geen diagnostische lijst**, maar een hulpmiddel voor vroeg-signalering en zorgvuldige duiding.



02 Rode vlaggen

Denk aan hormonale medefactoren wanneer meerdere van de volgende patronen aanwezig zijn:

- ☒ Klachten verergeren voorspelbaar in bepaalde fasen van de maand
- ☒ Overprikkeling, meltdowns of shutdowns treden vooral cyclisch op
- ☒ Verminderde maskeringscapaciteit in vaste perioden
- ☒ Heftige PMS- of PMDD-achtige klachten
- ☒ Onregelmatige menstruatie, hirsutisme of hardnekkige acne (denk aan PCOS)
- ☒ Verandering van klachten tijdens zwangerschap, postpartum of overgang
- ☒ Sterke uitputting of executieve uitval die cyclisch terugkomt
- ☒ Medicatie lijkt wisselend effectief zonder duidelijke verklaring

03 Belangrijke nuance

- ☒ Aanwezigheid van deze signalen betekent **niet** dat hormonen de enige oorzaak zijn
- ☒ Autisme, stressregulatie en levensfase blijven altijd onderdeel van de duiding

04 Licentiegebruik

Deze tool is bedoeld voor intern gebruik binnen een geldige teamlicentie.



ILLUSTRATIE: RODE VLAGGEN BIJ CYCLISCHE ONTREGELING

- 01 Klachten verergeren voorspelbaar in bepaalde fasen van de maand
- 02 Overprikkeling, meltdowns of shutdowns treden vooral cyclisch op
- 03 Verminderde maskeringscapaciteit in vaste perioden
- 04 Onregelmatige menstruatie, hirsutisme of hardnekkige acne (denk aan PCOS)
- 05 Heftige PMS- of PMDD-achtige klachten
- 06 Verandering van klachten tijdens zwangerschap, postpartum of overgang
- 07 Sterke uitputting of executieve uitval die cyclisch terugkomt
- 08 Medicatie lijkt wisselend effectief zonder duidelijke verklaring

TEAMTOOL 3:

HORMONALE TRANSITIES &
AUTISTISCHE UITINGEN

OVERZICHT VOOR TEAMGEBRUIK

Inhoudsopgave

- 01 Doel van dit hulpmiddel
- 02 Overzicht
 - Puberteit
 - Menstruatiecyclus (PMS / PMDD)
 - Zwangerschap
 - Postpartum
 - Overgang (peri- en postmenopauze)
- 03 Gebruikskader
- 04 Licentiegebruik

01 Doel van dit hulpmiddel

Dit overzicht ondersteunt teams bij het **plaatsen van klachten in levensfasecontext**, zonder deze te psychologiseren of te versimpelen.

Gebruik dit als:

- ☒ Visueel hulpmiddel in MDO
- ☒ Ondersteuning bij psycho-educatie
- ☒ Kader bij casusbespreking

02 Overzicht

Denk aan hormonale medefactoren wanneer meerdere van de volgende patronen aanwezig zijn:

LEVENSFASE	HORMONALE VERANDERING	MOGELIJKE UITINGEN	ZORGFOCUS
Puberteit	start menstruatie, sterke fluctuaties	verhoogde prikkelgevoeligheid, stressreacties, moeite met verandering	uitleg, voorspelbaarheid, sensorische ondersteuning
Menstruatiecyclus (PMS / PMDD)	cyclische schommelingen in oestrogeen en progesteron	cyclische overprikkeling, emotionele intensiteit, executieve uitval	cyclustracking, psycho-educatie, afstemming belasting
Zwangerschap	hoge progesteronspiegels, veranderingen in stressas	wisselende sensorische belasting, behoefte aan structuur	voorbereiding, rust, voorspelbaarheid
Postpartum	snelle daling van oestrogeen en progesteron	overprikkeling, vermoeidheid, ontregeling	differentiaaldiagnose, rust, ondersteuning
Overgang (peri- en postmenopauze)	afnemend en instabiel oestrogeen	versterkte prikkelgevoeligheid, slaapproblemen, verminderde draagkracht	erkenning, medische evaluatie, aanpassing belasting

© 2025 The Autism Way. Alle rechten voorbehouden. Deze gids en alle bijbehorende materialen zijn auteursrechtelijk beschermd en uitsluitend bedoeld voor persoonlijk gebruik. Kopiëren, delen of verspreiden zonder schriftelijke toestemming is niet toegestaan.





03 Gebruikskader

- ✓ Niet elke vrouw ervaart deze fases op dezelfde manier
- ✓ Dit overzicht ondersteunt **begrip en afstemming**, geen conclusies

04 Licentiegebruik

Deze tool is bedoeld voor intern gebruik binnen een geldige teamlicentie

TOT SLOT

Deze teamtools zijn ontworpen om:

- ✓ **Gedeelde taal** te creëren
- ✓ **Nuance te bewaken**
- ✓ **Fragmentatie tussen disciplines te verminderen**

Ze maken zichtbaar waar teamgebruik daadwerkelijk meerwaarde heeft.

TOT SLOT



the autism way

© 2025 The Autism Way. Alle rechten voorbehouden. Deze gids en alle bijbehorende materialen zijn auteursrechtelijk beschermd en uitsluitend bedoeld voor persoonlijk gebruik. Kopiëren, delen of verspreiden zonder schriftelijke toestemming is niet toegestaan.