



De overgang. Het no-nonsense handboek

José Rozenbroek & Jos Teunis

Over de overgang is al veel gesproken en geschreven. Nog zo'n boek leek me in eerste instantie dus wellicht wat overdreven. Moet dat nou, al die aandacht voor een onderwerp dat de meeste vrouwen liever overslaan?

Bij het bekijken van het boek viel me meteen op dat het is ingedeeld in heldere hoofdstukken die zaken behandelen als hormonen, lichamelijke en mentale klachten, veranderingen in het lichaam en seksualiteit, mogelijke behandelingen en de overgang in combinatie met andere situaties. Dat ziet er zeer compleet uit. De hoofdstukken zijn lekker leesbaar geschreven, niet zo gortdroog als verschillende andere boeken over dit onderwerp. Tel daar bij op dat door het hele boek diverse vrouwen aan het woord komen over hun overgang en er zelfs aandacht is voor de overgang bij

mannen en het oordeel is dat dit een handzaam, praktisch en duidelijk boek is voor iedereen die meer wil weten over het fenomeen overgang en alles daaromheen. Gewoon om voorbereid te zijn op wat komen gaat, om houvast te hebben bij vage of minder vage klachten of om te lezen over behandelmogelijkheden. Een aanrader dus!

Atlas Contact

€ 24.99

<http://www.atlascontact.nl/boek/de-overgang/>