

De overgang bij vrouwen is een taboe dat actrice Yvonne van den Hurk met haar theaterstuk *Hormonologen* wil doorbreken. Een gesprek over opvliegers, hoekige brillen en geurvrije gel. ‘De overgang, brr, die vinden we niet sexy.’

tekst Rinskje Koelewijn beeld Ringel Goslinga

‘De overgang is de weg naar de dood’

Gesprek tussen een actrice, 51 jaar en een journaliste, 40, op een woensdagochtend. De locatie: het dubbele appartement van de actrice op de negende verdieping met uitzicht over Amsterdam. Nespresso-koffie met geklopte melk en appelcake. De actrice stond de avond ervoor op het toneel van het Parktheater in Eindhoven met *Hormonologen*. Een theaterstuk voor drie vrouwen over opvliegers en slapeloosheid, hartkloppingen en depressies. De vrouwen op het toneel zijn 43, 51 en 75. Ze zijn nog niet in, middenin en uit de overgang.

Het stuk lijkt een vervolg op de *Vaginamonologen*, waarin vrouwen op het toneel vertellen over de ellende en vreugde die hun vrouwelijkheid bracht. De verhalen waren gebaseerd op interviews met vrouwen en werden uitgesproken door bekende actrices, nieuwslezersessen en zangeressen. Yvonne van den Hurk was de artistiek producent van de Nederlandse *Vaginamonologen* en ze speelde er zelf in. Tien jaar na de *Vaginamonologen* schreef Yvonne van den Hurk *Hormonologen*. Over de periode waarin de vruchtbaarheid verdwijnt en vrouwen last kunnen krijgen van lichamelijke en psychische klachten.

Vertel, wat voor ergs staat mij te wachten?

„Ik ben geen dokter, geen deskundige, geen overgangscounselant.”

U schreef er toch een toneelstuk over?

„Daarom hoef ik jou toch niet te vertellen wat er met een vrouw gebeurt tijdens de overgang. Alsof 't het zwaard van Damocles is dat boven je hoofd hangt.”

Dat is toch zo? Daar gaat uw voorstelling toch over?

„De overgang is eng en naar. Je zweet, je stinkt, je bent ontoerekeningsvatbaar en daarna ben je een oude vrouw. Onaantrekkelijk, onvruchtbaar, oninteressant. Is dat wat je denkt?”

Ehm... Ja?

„Daar ga ik niet aan meedoen. Ik wil de overgang niet afschilderen als een verschrikking. Ik doe dat ook niet op het toneel. Avond aan avond is de voorstelling uitverkocht. Door sneeuw en ijs komen per keer vijf-, zeshonderd vrouwen kijken. Ze lachen, ze huilen, ze zijn blij dat er eindelijk, eindelijk eens aandacht is voor waar zij dagelijks mee worstelen. Waar trouwens 1,2 miljoen vrouwen mee worstelen. Want zoveel vrouwen zijn het, tussen de 45 en 55 en in de overgang.”

Dus het is een worsteling?

„De een zwijnt erdoorheen, voor de ander is het een beproeving. Mijn voorstelling is gebaseerd op de ervaringen van heel veel vrouwen. Iedereen kan

zich erin herkennen. Ook mannen, ook puberdochters. Wat het voor vrouwen vooral zo lastig maakt, is dat de overgang geen onderwerp van gesprek mag zijn. De landelijke kranten negeren de voorstelling; geen recensie, niet eens een aankondiging. Een eindredacteur van *Pauw & Witteman* wilde me niet aan tafel hebben. Want, zegt hij, ‘mijn jongens kunnen niks met het onderwerp’. Ik was zo ongeveer onderweg naar *Knevel en Van den Brink* toen ik werd afgebeld. De redactie zag het toch niet zo zitten, twee christelijke jongens die over de overgang moeten praten. Hoezo? Zij hebben toch ook vrouwen of vriendinnen? Maar ook *Margriet* en *Libelle* geven geen sjoege. De overgang, brrr, nee, die is niet cool, niet sexy. Ze maken liever een stuk over thuis bevallen en zetten een zwangere op de cover. Driekwart van hun lezeressen is vijftig plus. Hoe kan dat?”

Omdat een vrouw in de overgang onaantrekkelijk, onvruchtbaar, oninteressant is?

„Op de brandstapel ermee. Zo ging dat vroeger. Tot ver in deze eeuw zaten de psychiatrische klinieken vol met oudere vrouwen. Die waren hysterisch.”

Er zijn ook vrouwen die zeggen: een toneelstuk over de overgang? Je maakt toch ook geen stuk over poepen?

„Dat heet een taboe.”

›



Een taboe is toch nooit voor niets een taboe?

„Goed, ik weet ook niet of ik zelf naar een toneelstuk over de overgang zou gaan. De meeste vrouwen zoals ik, die in de stad wonen, een carrière hebben, die onderdrukken het, die ontkennen hun klachten. Ze geven elkaar hooguit een boek waarin staat dat je na je veertigste elk half jaar naar de mondhygiëniste moet, om de zes weken naar de kapper, altijd rode lippenstift op moet. Alsof het daarmee niet bestaat?”

Niet dan?

„Er zijn vrouwen die dertig keer per uur een opvlieger hebben. Bij wie het zweet over hun rug en bovenlip gutst. Vrouwen die bang en onzeker worden. Het is echt wel wat meer dan alleen maar de menstruatie die uitblijft.”

Maar je kunt toch niet alles wat misgaat tussen de 45 en 55 afschuiven op de overgang?

„Natuurlijk niet. Maar het is goed om vooraf geïnformeerd te zijn. Voor mij is kennis vergaren een manier om grip te krijgen op het leven. Een goede vriendin, een paar jaar ouder dan ik, raakte in een depressie. Man weg. Baan kwijt. Ze was nooit eerder depressief geweest, ze begreep niet waar het vandaan kwam. Had ze geweten dat het de hormoonschommelingen waren die haar zo uit evenwicht brachten, dan had dat misschien gescheeld. Ik was veertig toen zij in die fase belandde, en vanaf dat moment wilde ik er alles over weten.”

Weten wat u te wachten stond?

„Ik ben vrouwen gaan interviewen over hun ervaringen. Heb artsen, gynaecologen en psychologen gesproken. Daarna is het onderwerp een paar jaar uit mijn gedachten geweest. Tot ik plots last kreeg van mijn knie, mijn elleboog. Vier jaar geleden begon het. Ik dacht dat het reuma was. Pas toen de fysiotherapeut zei dat het een bekende klacht was van vrouwen van mijn leeftijd, dacht ik *‘fuck?…’*

…ik ben in de overgang?

„Ja, de hoeveelheid oestrogeen neemt af, waardoor de slijmvliezen uitdrogen. Alles wordt stroever en slapper, je gewrichten doen pijn, je ogen tranen.”

Waar heeft u nog meer last van?

„Ik heb al mijn halve leven een Mirena-spiraaltje, dat geeft heel subtiel hormonen af. Voor mij genoeg om de meeste klachten te voorkomen. Ik heb nauwelijks last van opvliegers. Ik heb geen migraine. Veel vrouwen krijgen dat.”

Of hun migraine verdwijnt juist na de overgang.

„Dat kan ook.”

Beslissend moment

‘De foto is gemaakt in 1978. Ik reisde toen liftend door Nederland en kreeg het bericht dat ik was aangenomen op de toneelschool Maastricht.’



Yvonne van den Hurk

1982 afgestudeerd toneelschool Maastricht
1989-1998 *Klokhuis*
1992-1995 *Pleidooi*
1995-1995 *Taxi*
Van den Hurk speelde in voorstellingen van het Zuidelijk Toneel, Ro Theater en Toneelgroep de Appel.
2001 artistieke productie *Vagina-monologen*
2005 productie concertvoorstelling *Chopin?*
2006-2007 productie concertvoorstelling *Frau Bach*
2010-heden *Hormonologen* samen met Ineke Veenhoven en Mylou Frencken

Nachtzweeten, incontinentie, haren op de kin?

„Ik wil het niet over mij hebben. Ik heb het taboe willen doorbreken door er een toneelstuk over te maken. Dat is alles.”

U wilt zelf niet te veel geassocieerd worden met de overgang?

„Dat wil ik nooit met een stuk of een rol. Niet toen ik advocaat Pamspeelde in *Pleidooi*, of de chauffeur was in de serie *Taxi*. Ik wil niet dat mensen bij het horen van mijn naam direct aan de overgang denken. Ik ben in mijn hoofd allang bezig met het volgende. Ik wil een voorstelling maken over hoe het is om ouder te worden en je ouders oud te zien worden.”

Leeft uw moeder nog?

„Ze is 86 en woont in Den Bosch, in een senioren-

appartement. De vrouw die me er tot voor kort nog uitfietste, heb ik binnen een jaar zien veranderen in een kwetsbaar vogeltje. Ze is in de tussentijd stiekem een paar keer gevallen, en sindsdien is ze tien kilo magerder en brozer.”

Heeft u uw moeder gevraagd naar haar overgang?

„Och kind, zei ze, daar héb je het toch niet over? ‘Daar moet je doorheen.’ Ik was 16 toen zij in de overgang kwam. Ik herinner me alleen dat ze af en toe een rooie kop kreeg, en dat je dan beter uit de buurt kon blijven. Ze dreef mijn vader tot wanhoop – een lieve, zachte man. Ze vertelde wel dat ze zich destijds inwendig heeft laten onderzoeken door een gynaecoloog. Voordat een vrouw als zij naar de dokter ging. Dan moet ze er echt veel last van hebben gehad. Maar toen ik vroeg of ze er ooit over had gepraat met haar wekelijkse koffiekransje van vrouwen uit de buurt, was ze onthutst.”

Heeft ze uw voorstelling gezien?

„Ze is een paar keer geweest. Vooral omdat ik erin speel. Och, zei ze, toen ze al die vrouwen in de zaal zag. ‘Dat het leeft, dat onderwerp.’ Het is ook bijzonder wat zich daar in die theaterzalen in Winterswijk en Almelo afspeelt. Die vrouwen komen als vreemden voor elkaar binnen, en dan zie je ze denken: jij komt ervoor uit, je hebt wat ik ook heb. En ja, jij ziet misschien alleen hun korte kapsels en hoekige brillen. Maar het lijkt alsof die vrouwen het beter oppakken dan die in de stad. De stadsvrouwen zijn cynisch, sceptischer, zoals…”

Ik?

Yvonne van den Hurk maakt thee van verse muntblaadjes, die ze bewaart in een Tupperwarebakje in de koelkast. Schilt een appeltje en deelt het. Vriendelijk, maar vastbesloten de veertigjarige journaliste niet te veel te vertellen.

Lijkt de overgang op de hormonale schok die vrouwen soms hebben na de bevalling?

„Een postnatale depressie? Maar dan heb je leven gemaakt, je weet dat je zelf nog wel een paar jaar blijft. De overgang is de weg naar de dood. Verder zou ik het niet weten. Ik heb geen kinderen. Nooit gewild ook.”

Echt niet?

„Nee. Ik heb de opleiding tot kleuterleidster gedaan. Iedereen zei: ‘Yvonne, die krijgt er straks tien’. Toen ik eenmaal op de toneelschool zat, was dat gevoel helemaal verdwenen. Ik snap de drift van andere vrouwen om zwanger te zijn niet. Al op m’n achtentwintigste wilde ik me laten steriliseren. De huisarts vond me te jong. Mijn vriend heeft



‘Ik wil met mijn voorstelling laten zien dat de overgang niet alleen ellende brengt’

kinderen en zelfs kleinkinderen, dat vind ik leuk genoeg.”

Yvonne van den Hurk is al twintig jaar met producent en presentator Harry de Winter. Samen richtten ze WinterSpelen Theaterproducties op. „Mijn oudere zus heeft ook bewust geen kinderen en heeft nog nooit samen gewoond met haar vriend. Mijn moeder heeft vier kinderen, maar zegt heel eerlijk dat als ze alles nog eens over mocht doen, ze niet zou kiezen voor het moederschap en het huwelijksleven. Dat snap ik goed. Ik hoef ook niets samen te wonen.”

Ik snap de drift van vrouwen om zwanger te zijn niet. Al op m’n achtentwintigste wilde ik me laten steriliseren’

had zo met andere sponsors in zee gekund, maar dat wilde ik niet.”

De overgang schrikt sponsors blijkbaar niet af.

„Er is een markt voor hen. Het gaat om zoveel vrouwen. En steeds meer vrouwen zeggen: ‘Ik heb er last van. Doe er iets aan’. Dus komen er hormoonpreparaten, schrijven artsen antidepressiva voor, ontstaan er overgangspoliklinieken met gespecialiseerde overgangsconsulenten. Ik wil met mijn voorstelling laten zien dat de overgang niet alleen ellende brengt.”

Nee?

„Nee. Je belandt in de laatste fase van je leven waarin je nog een switch kunt maken. Waarin je jezelf opnieuw kunt uitvinden. In Thailand komt een vrouw na de overgang in haar *thoi po ming*, haar gouden jaren. Opvallend veel vrouwen die ik interviewde, kozen ervoor hun leven na de overgang te delen met een andere vrouw. Ze gingen ander werk doen. Het zorghormoon verdwijnt, zorgen hoeft ook niet meer. Je kunt vrijuit gaan voor je eigen geluk.” De oudste actrice uit Hormonologen, Ineke Veenhoven, leest op het toneel een brief voor die zij van haar vader kreeg toen ze veertig werd. Hij is ooit geschreven door haar grootmoeder. Nu leest Yvonne van den Hurk hem voor:

‘Als de vrouwen van halverwege de veertig eens wisten hoe ze in hun vijftiger jaren aan bekoorlijkheid zouden winnen, de natuur in haar zestiger jaren nog een verrassing voor haar in petto heeft en dat daarna de romantiek nog tweemaal aanklopt en wel rond het zeventigste en nog eens omtrent het tachtigste levensjaar, dan zouden ze de beruchte overgangsjaren met vreugde tegemoet zien.’

Ze holt weg. Komt terug met een paar kleine, zwarte sachtjes *Bodyglide*. Erop een vage schaduw van een mannenrug. Ze scheurt er een open. Wrijft haar handen ermee in. Een tweede zakje gaat ook open. „Voel eens. Lekker?”

Ja?

„Uit de homoscene. Op basis van siliconen.” Want, zegt ze, we hebben het nog niet over seks gehad. „Vrouwen worden overal droger. Wist ik ook allemaal niet. Flauw en gemeen is het, dat dát dan ook nog eens voor problemen zorgt. Terwijl het zo gemakkelijk valt op te lossen. Niet met de gewone glijmiddelen, met geurtjes en smaakjes. Dat geeft alleen maar irritatie en maakt de boel erger. Deze gel is geurvrij, op basis van siliconen. We delen ze na afloop van elke voorstelling uit. Ze verdwijnen met handenvol in handtassen.” ◀

➤ **Hormonologen is nog tot 12 april te zien en gaat vanaf januari 2012 in reprise. Actuele speellijst: [hormonologen.nl](#)**