

Dr. Karolien Stevens

Gespecialiseerd in de functionele en esthetische gynaecologie.

Dr. Karolien Stevens is afgestudeerd aan de Katholieke Universiteit Leuven. Nadien heeft ze gekozen zich te specialiseren in de Gynaecologie – Verloskunde, voor haar de meest boeiende discipline waarbij de vrouw centraal staat in al haar facetten/aspecten en in al haar verschillende levensfasen.

Zij heeft een bijzondere interesse in de menopauze en in de functionele en esthetische gynaecologie, waarvoor zij meerdere aanvullende opleidingen heeft gevolgd in het buitenland.

Haar missie is het algemeen welzijn en de intieme gezondheid te verbeteren.

Dr. Karolien Stevens staat bekend om de persoonlijke aandacht, de op maat gemaakte behandelingen en de tijd die voor iedereen wordt genomen.

Welke behandelingen?

Feeling good isn't taboo.

Normaliter genieten wij jarenlang van onze hormonen. Naarmate wij ouder worden, kunnen wij allerlei klachten ontwikkelen die het gevolg zijn van het verminderen van de productie van verschillende hormonen. Dit komt bij zowel vrouwen als mannen voor, denk hierbij aan de menopauze en andropauze.

Spijtig genoeg zijn er nog veel misvattingen en taboes rond de menopauze.

Uw hormonale functies zullen uitgebreid onderzocht worden en indien nodig behandeld met behulp van *bio-identieke*, natuurlijke hormonen en/of voedingssupplementen.

Met name vrouwen rond de menopauze hebben veel baat bij deze therapie.

Menopauze symptomen kunnen een grote impact hebben op het leven van vrouwen. Vaak worden deze klachten gemakkelijk afgedaan met een 'dat hoort er nou eenmaal bij' antwoord. Die mening delen we zeker niet! De klachten worden enorm onderschat en er is wel degelijk iets aan te doen!

Vrouwen hoeven niet te lijden onder de menopauze. Natuurlijk is het volgen van een gezonde levensstijl, zoals niet roken, minder alcohol drinken, minder suiker eten en regelmatig bewegen, van groot belang. Onze levensverwachting is de laatste decennia gestegen tot een gemiddelde leeftijd van 83 jaar. En als we het geluk hebben om zoveel

jaren meer te leven, dan toch het liefst in een goede gezondheid! Vitaal blijven terwijl we ouder worden, dit willen we toch allemaal?

Bevallingen, menopauze, veroudering en andere natuurlijke factoren veranderen de gezondheid en de anatomie van de vagina en vulva.

Het verouderingsproces gaat gepaard met een natuurlijke afname van collageen en spierweefsel.

Door de lage oestrogeenwaarden bij de menopauze wordt het vaginaal slijmvlies dunner, droogt uit en verliest elasticiteit. Dit kan leiden tot vaginale droogte, een branderig gevoel, pijnlijke betrekkingen, terugkerende infectie's en urinaire klachten. Deze klachten kunnen ook voorkomen bij jongere vrouwen.

Bevallingen kunnen leiden tot vaginale laxiteit, littekenvormingen en wijdere ingang van de vagina. Deze verslapping geeft een verminderd gevoel bij seks en ongewild urineverlies.

Al deze fysische veranderingen hebben een impact op de kwaliteit van het dagelijkse leven van de vrouw.

Door het taboe hieromtrent lijden nog veel vrouwen in stilte. Het is belangrijk vrouwen in te lichten dat hiervoor oplossingen bestaan.

De vraag "wat is normaal of ben ik normaal" wordt ook vaak gesteld.

Elke vagina en vulva is uniek en divers, maar de subjectieve perceptie hiervan moet bespreekbaar zijn.

Dr. Karolien Stevens hoopt een open gesprek met de patiënte te kunnen aanbieden, en een op maat gemaakt plan te kunnen maken om haar bij te staan in een toekomst met een optimaal intiem welzijn.

Deze innovatieve en regeneratieve behandelingen kunnen vrouwen van alle leeftijden helpen om zo hun levenskwaliteit, zelfvertrouwen en sexueel welzijn te verhogen.

Menopauze Consult

Dr. Stevens heeft een bijzondere interesse in de hormonale veranderingen die optreden tijdens de overgang. Haar missie is het herstellen van de hormonale balans om zo de symptomen te verhelpen en de levenskwaliteit te verhogen. Ze heeft expertise in het voorschrijven van zowel hormonale als niet hormonale therapie.

Zij neemt de tijd voor u om te luisteren naar uw verhaal, uw klachten en uw wensen. Naast een gynaecologisch onderzoek omvat het menopauze consult ook borst-, bot- en algemene gezondheidsevaluatie's. Verder is er ook aandacht voor preventie en lifestyle factoren.

Door het opstellen van een gepersonaliseerd behandelplan, helpt ze vrouwen om een gezonde overgang te maken.

Als u hulp zoekt voor uw menopauzale klachten of u wilt advies inwinnen over behoud of verbetering van levenskwaliteit, dan zoeken we naar een oplossing op uw maat.

Maak een afspraak.

Functioneel-Esthetisch Consult

De laatste jaren heeft Dr. Stevens zich bekwaamd in de functionele en esthetische gynaecologie, een relatief nieuwe subdiscipline met toenemende belangstelling en vraag, dat de vrouw toelaat haar intieme zone te herstellen, verbeteren of corrigeren.

Deze innoverende en regeneratieve behandelingen zijn zowel

voor *functionele* klachten van de intieme zone

- vaginale droogte
- pijnlijke seksuele betrekkingen, vaginale kloof
- vulvodynie, vestibulitis
- urinaire klachten, ongewild urineverlies
- pijnlijke littekens na een bevalling, slechte wondheling
- minder gevoel bij seksuele betrekkingen
- verminderd intiem welzijn
- chronische ontstekingen of huidaandoeningen (oa lichen sclerosus)
- verminderde orgasmes

als voor *esthetische* wensen van de intieme zone

- schaamlipcorrectie (te grote of asymmetrische kleine schaamlippen)
- prominente clitoriskap
- te wijde ingang van de vagina
- afname van het volume en de stevigheid van de grote schaamlippen
- verkleurde huid in de genitale zone
- vulvo-vaginal rejuvenation (verjonging)

Het doel van de cosmetische gynaecologie is de bevordering van de intieme en sexuele gezondheid om zo bij te dragen aan een verhoogde levenskwaliteit, zelfvertrouwen en sexueel welzijn.

Mijn aanpak is om in een vertrouwd kader uw anatomische, functionele en seksuele problemen te bespreken en te onderzoeken en u volledig te informeren over de pro's en contra's van elke voorgestelde functionele of esthetische gynaecologische behandeling.

Maak een afspraak.

Behandelingen

Bio-identieke hormonen.

Bio-identiek betekent dat de moleculen precies dezelfde zijn als die de eierstokken van vrouwen zelf kunnen aanmaken.

Of?

Bio-identieke hormonen zijn gemaakt van plantaardig materiaal en helemaal gelijk aan de hormonen die het vrouwelijk lichaam zelf produceert.

Vaginale fillers.

De weefsels van de intieme zone zijn ook gevoelig aan de natuurlijke veroudering. Tijdens de menopauze wordt het vaginaal slijmvlies dunner en droger. De vagina verliest zijn soepelheid en elasticiteit. Hierdoor ontstaan er vele vaginale ongemakken waaronder pijnlijke betrekkingen, een branderig gevoel, irritatie ... Ook vrouwen in de vruchtbare leeftijd kunnen er last van hebben. Bijvoorbeeld bij het gebruik van de pil, een verstoorde hormoonhuishouding, stress, auto-immuunziekte of medicatiegebruik, door anti-hormonale therapieën bij borstkanker patiënten.

Deze vaginale filler bevat een specifiek hyaluronzuur en een antioxidant om de hydratatie, elasticiteit, tonus en gevoeligheid van het vulvo-vaginale gebied te herstellen.

Geschikt bij ...

Vaginale droogte, pijnlijke betrekkingen, branderig gevoel, lichte vorm van ongewild urineverlies, vulvaire pijnen, vaginale kloofjes...

Verminderde vaginale orgasmes, verminderde doorbloeding van het vaginale weefsel, aandoeningen waarbij hormonale therapie gecontraïndiceerd is (o.a. borstkanker).

Filler van de grote schaamlippen.

Na een bepaalde leeftijd hebben weefsels de neiging om te krimpen, ze verliezen hun stevigheid en hun volume, vooral rond de grote schaamlippen. De opvulling van de grote schaamlippen kan met een bepaald type hyaluronzuur worden verkregen. Hierdoor herstelt de verhouding zich met de kleine schaamlippen waardoor er een mooier en jonger esthetische uitzicht wordt verkregen.

Geschikt bij...

Een esthetische verjongend effect van de intieme zone.

PRP.

Het is een eenvoudige, veilige en vrij pijnloze procedure die je eigen bloedplaatjes gebruikt (PRP), die worden geïnjecteerd in je eigen vaginaal weefsel. De hoge concentratie aan groeifactoren hierin zorgen voor een optimaal helingsproces voor het bekomen van een gezondere en jongere vagina. Dit heeft zowel een functioneel en een esthetisch effect.

Geschikt bij ...

Vaginale droogte, vaginale slijmvlies problemen, littekenweefsel, ongewild urineverlies (U shot), verminderd libido en verminderd clitoriaal of vaginaal orgasme (O shot en G shot), vulvaire huidproblemen, lichen sclerosus, vulvaire verjonging (vulvaire vampire), pijnlijke betrekkingen en vulvodynie.

Quadripolaire Radiofrequentie.

De Vaginale Dynamische Radiofrequentie technologie wordt ingezet als een doeltreffende, veilige, comfortabele en pijnloze behandeling voor de meest voorkomende vulvovaginale aandoeningen.

Geschikt bij ...

Vulvovaginale atrofie, vaginale laxiteit, stressgerelateerde urinaire incontinentie, vagina en vulva verjonging.

Botuline Toxine.

Als seksueel contact moeilijk, pijnlijk of zelfs niet mogelijk is, kan vaginisme of bekkenbodemoeveractiviteit een van de oorzaken zijn. Bij beide aandoeningen is er sprake van een verhoogde spanning in de spieren van de bekkenbodem, waardoor de opening van de vagina als het ware dichtgedrukt wordt. Geslachtsgemeenschap of het inbrengen van een tampon kan hierdoor zeer pijnlijk of zelfs uitgesloten zijn. Buiten fysiek ongemak kan vaginisme / bekkenbodemoeveractiviteit ook leiden tot een psychisch ongemak.

Botox is in staat om heel gericht spieren te verlammen, zo ook de bekkenbodemspieren. Door botox in de bekkenbodemspieren te injecteren, zullen deze tijdelijk volledig ontspannen, waardoor geslachtsgemeenschap weer mogelijk of minder pijnlijk wordt.

Vaginale laser.

Veranderingen na de bevalling, de natuurlijke veroudering en de menopauze kunnen de intieme zone, de levenskwaliteit en de seksuele sensatie van de vrouw negatief beïnvloeden.

De vaginale laserbehandeling (Erbium Yag) is een niet-invasieve procedure. De zachtste ablatie en fothermische werking met unieke meervoudige micropulsen die precies aan het vaginale slijmvlies worden toegediend, stimuleert de collageenhermodellering en verstevigt het vaginale kanaal om een jongere en gezondere vaginale toestand te bereiken.

Geschikt bij ...

Vaginale droogte, pijnlijke betrekkingen, vaginale laxiteit, stress-incontinentie, pijnlijke littekens, ...

Electromagnetische stoel: Emsella.

Spiere trainen d.m.v. een wisselend elektromagnetisch veld. Bij de Emsella is dit elektromagnetische veld in een stoel gebouwd en omhoog gericht waardoor de bekkenbodemspieren zich in het veld bevinden. Het wisselende elektromagnetische veld zorgt voor depolarisatie van de motorneuronen waardoor de spieren tot contractie gedwongen worden. Dit gebeurt 12.000 maal in 28 minuten, na 6 behandelingen in 3 weken zijn de spieren significant verstevigd.

Wanneer de bekkenbodemspieren verslappen geeft dat fysieke problemen zoals incontinentie en minder gevoel bij het vrijen. Daarnaast is een goed doorbloede, krachtige bekkenbodem van belang voor het ervaren van lustgevoelens, voor de vaginale vochtproductie en voor het verkrijgen van een orgasme. Ten slotte voorkomt een sterke bekkenbodem een verzakking van de baarmoeder op latere leeftijd.

Maar naast deze fysieke problemen zorgt schaamte en ongemak vaak ook voor psychische problemen en sociale beperkingen. Het is voor mensen met een verslachte bekkenbodem erg lastig deze spieren te trainen. De oefeningen zijn tijdrovend en niet plezierig en het resultaat is veelal ontoereikend en van korte duur.

Bleaching (peelings, blekingscrèmes, laser).

Depigmentatie of verlichting van de verkleurde huid in de genitale zone.

Minimaal invasieve chirurgische ingrepen.

Hieronder verstaan we schaamlipverkleiningen of -correcties, clitoriskapreducties, versmallingen of verbredingen van de vaginale ingang, littekencorrecties...