

INCLUSIEVER TAALGEBRUIK EN LICHAAMELIJK ONDERZOEK

Genderneutrale alternatieve termen:

ALGEMEEN

In plaats van: *Personen die menstrueert* vrouw
Personen die sperma produceert man
Zwangere vrouw
Personen die een vagina hebben vrouw
Personen die een penis hebben man
Hogelagige stem vrouwelijke/mannelijke stem
Oestrogenen vrouwelijk hormoon
Testosteron mannelijk hormoon

FAMILIE EN VERWANTSCHAP

Gebruik liever: *Ouder* moeder/vader
Bruis broer/zus
Drag-, zwangere-, geboorte ouder moeder

LICHAAMSDILEN

Gebruik liever: *Intern voortplantingsorgaan* baarmoeder
Gonaden eierstokken/testikels
Geboortekanaal, interne kanaal vagina
Extern geslachtsorgaan vulva/penis/scrotum

Lichamelijk onderzoek (LO)

• Leg van tevoren uit wat je gaat doen en waarom.
 • Realiseer je dat het LO genderdysforie te weeg kan brengen (bijv. wanneer een binder uit moet bij het ausculteren van de longen).
 • Vraag uit of iemand het spannend vindt en/of negatieve ervaringen heeft gehad en vraag hoe je hier tijdens het LO rekening mee kan houden;
 • Houd rekening met welke organen iemand heeft, ongeacht diens genderrepresentatie (zoals bijv. cervix, prostaat);
 • Streef naar de minst invasieve adequate behandeling/beeldvorming, i.o.m. de patiënt (bijv. abdominale- i.p.v. transvaginale echo).

Tips:
 - Bij onderzoek over de gewenste aanspreekvorm kan de patiënt ook met enkel de achternaam binnen worden geroepen in plaats van "Meneer Janssen" of "Mevrouw Janssen";
 - Noem je eigen voornaamwoorden wanneer je je voorstelt;
 - Vaag alles wat nodig is, stel geen irrelevante vragen;
 - Leg het belang uit van vragen die als vervelend of te persoonlijk kunnen worden opgevat.

Voorbelden voornaamwoorden:
 - Vrouwelijk: "Kan je haar binnengeroepen? Zij wacht op haar uitslag."
 - Mannelijk: "Kan je hem binnengeroepen? Hij wacht op zijn uitslag."
 - Neutraal: "Kan je die binnengeroepen? Die wacht op diens uitslag."
 - "Kan je hen binnengeroepen? Hen wacht op hun uitslag."

DIAGNOSE EN PRAKTISCHE TIPS

Genderdysforie (DSM-5) Ook: "Genderincongruentie" (ICD-11)

Genderdysforie omvat de gevoelens van onbehagen en negativiteit die geassocieerd worden met het toegewezen geboortegeslacht, en de manier waarop dit zich verhoudt tot de genderidentiteit en -expressie. Mensen kunnen ideeën over hoe hun lichaam eruit zou 'moeten' zien internaliseren, en dysforie ontstaat vanuit de sociale verwachtingen die gelinkt zijn aan het toegewezen geslacht en het hebben van een genderidentiteit die hier niet bij aansluit. Genderdysforie begint meestal in de kindertijd, maar kan ook pas in de puberteit of in het volwassen leven ontstaan. Externe factoren kunnen het gevoel van dysforie zowel positief als negatief beïnvloeden.

Tips voor inclusie van genderdiversiteit

- Update de genderidentiteit en voornaamwoorden van een patiënt in het medisch dossier.
- Maak de werkomgeving zo inclusief mogelijk.
 (bijv. door de aanwezigheid van een genderneutraal toilet in de wachtruimte)
- Plaats ergens in de werkplek een voorwerp met een regenboogpatroon.
 (bijv. een vlaggetje of sticker op het bureau, een keycord)
- Pas genderinclusief taalgebruik toe.
- Voeg je eigen voornaamwoorden toe aan je naambadge en e-mail handtekening.
- Geef je op voor de lijst met LHBTI+ vriendelijke artsen van Roze in Wit.

Gemaakt op initiatief van stichting *Treat it Queer*.

Voor meer informatie en een gratis volledige versie van de zakkaartjes, zie:

www.treatitqueer.org/products/queerhealthpocketcards
 (of scan de QR-code)



GENDERDIVERSITEIT



Begrippen

Genderidentiteit

Genderidentiteit is het persoonlijke gevoel/begrip van iemands eigen gender, onafhankelijk van iemands biologische geslacht.

VB: transgender vrouw/man, cisgender vrouw/man, non-binair, genderqueer

Seksuele oriëntatie

Seksuele oriëntatie zegt iets over tot wie iemand zich seksueel, romantisch en/of emotioneel aangetrokken voelt.

VB: homoseksueel, lesbisch, biseksueel, heteroseksueel, panseksueel

Biologische geslacht

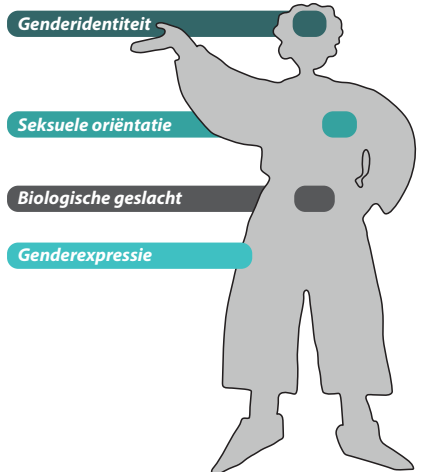
Het biologische geslacht is een combinatie van lichamelijke eigenschappen als chromosomen, hormonen, interne- en externe voortplantingsorganen en secundaire geslachtskenmerken. Het geslacht dat bij de geboorte toegewezen wordt is vrouw, man of intersekse. Intersekse is een term die verschillende variaties beschrijft van aangeboren genetische kenmerken en/of anatomie van de voortplantingsorganen, die niet passen binnen de klassieke man/vrouw definitie.

VB: syndroom van Turner en Klinefelter syndroom

Genderexpressie

Genderexpressie is de manier waarop iemand diens gender uit/presenteert naar de buitenwereld, o.a. door gedrag en kleding.

VB: androgyn, feminien, masculien



Genderdiversiteit
 Een deel van de transgender en genderdiverse personen maakt gebruik van genderbevestigende zorg. Er bestaan diverse opties en mogelijkheden, waar verschillende combinaties van gekozen kunnen worden.

Masculiniserende genderbevestigende zorg
 Testosteron (transdermaal, intramusculair) is de meest gebruikte masculiniserende hormoonbehandeling. Testosteron is geen anticonceptie.
Hormonaal: baardgroei, alopecia androgenetica, acné, lagere stem, hoekigere kaaklijn, hoger libido, clitoromegalie, vaginale atrofie/droogheid, appelvormige vetverdeling, toename spiermassa
Chirurgisch: mastectomie/borstoperatie, hysterectomie, ovariëctomie, metadoplastiek, falloplastiek, scrotoplastiek, colpectomie/vaginvolverving
Niet-medisch: binding, packing

Feminiserende genderbevestigende zorg
 De meest voorkomende feminiserende hormoonbehandeling is met oestrogenen (transdermaal/oraal/sublinguaal), al dan niet i.c.m. Borstvoeding: lactatie kan worden opgewekt bij patiënten met gevorderde Tanner stadia van de borsten middels hormoonstimulatie conform die bij cisgender vrouwen.
Hormonaal: borstgroei, afname lichaams- en gezichtshair, afname testisvolume, erectiele dysfunctie, afname libido, afname spiermassa, peervormige vetverdeling, zachtere huid, stop of gedeeltelijk herstel van terugtrekkende haarlijn
Chirurgisch: orchidectomie, vaginoplastiek, mammoplastiek/borstvergroting, adamsappelductie, feminiserende gezichtschirurgie, stembandoperatie
Niet-medisch: tucking, padding, stuffing, laseren, gezichtsbehaaring

