

Pledge:

Samen in actie voor betere vrouwengezondheid

Vrouwen leven gemiddeld langer dan mannen, maar brengen minder jaren in goede gezondheid door. Dit leidt tot veel persoonlijk leed en kost onze samenleving jaarlijks vele miljarden. Er bestaan nog grote hiaten in kennis, en de kennis die er al is, vindt niet altijd haar weg naar de (zorg)praktijk, beleid en onderwijs. Door krachten te bundelen kunnen we vrouwengezondheid structureel verankeren in onderzoek, innovatie, beleid en praktijk en daarmee de gezondheidsverschillen tussen vrouwen en mannen verkleinen.

Wij, Hoofd Hart Hormonen (H3) Netwerk, onderschrijven de doelen en uitgangspunten van het convenant *Samen in actie voor betere vrouwengezondheid* en committeren ons eraan om hier concreet aan bij te dragen.

Onze bijdrage aan betere zorg en gezondheid voor vrouwen en meisjes in Nederland in de periode 2026-2028 bestaat uit de volgende activiteiten:

1. **Samenwerking bevorderen tussen huisartsen, cardiologen, psychiaters en gynaecologen t.b.v. beter geïntegreerde, multidisciplinaire vrouwengezondheidszorg. Aanleiding is het feit dat al deze disciplines dezelfde vrouwen zien zonder het van elkaar te weten en zonder kennis te delen of samen te werken. Dit kan veel beter, en sneller en vermindert wachtlijsten in de zorg. Gestart in 2023, in 2025 met subsidie van ZonMw regionale H3-netwerken opgezet in elke provincie in Nederland, thans zijn 364 artsen lid. In 2026 is uitbreiding naar alle andere medische disciplines en paramedici gepland, w.o. apothekers, bedrijfsartsen, psychologen, overgangsconsulten, dietisten, fysiotherapeuten etc. Ambassadeurs in elke regio staan centraal bij de verbreiding van kennis en samenwerking. De H3-netwerk board, Janneke Wittekoek, cardioloog, Dorenda van Dijken, gynaecoloog en Sandra Kooij, psychiater staan de ambassadeurs ter zijde en verzorgen verdere webinars en scholing. Doel is dat alle partijen dezelfde kennis delen en dezelfde taal spreken in de spreekkamer. Vrouwen worden betrokken en geïnformeerd via social media en infographics.**
2. **Kennis delen over de invloed van hormonale veranderingen op alle fysieke en mentale domeinen van vrouwengezondheid dmv het levende digitale document, het H3-handboek, andere reeds gepubliceerde boeken van de oprichters van het H3-netwerk over ADHD bij vrouwen, het vrouwenhart, hormonen, infographics, social media campagnes, webinars, mediaberichten en – optredens. Zelfs een theatershow in NL in 2025-2026 over het vrouwenhart door Janneke Wittekoek, cardioloog.**
3. **Scholing en nascholing updaten/verbeteren in de hele geneeskunde mbt vrouwengezondheid op langere termijn ism experts op elk gebied en Compendium Geneeskunde**

4. **Brede onderzoeksagenda vrouwengezondheid gezamenlijk stimuleren en vormgeven met het op te richten brede netwerk/alliantie vrouwengezondheid (aanvraag ZonMw, deadline 5 mrt 2026).**

☒ Ik ga akkoord met het publiceren van deze pledge op de website, zodat onze activiteiten als voorbeeld kunnen dienen voor andere organisaties.

Datum: **4 februari 2026**

Naam: Prof. dr. J.J. Sandra Kooij, voorzitter H3-netwerk

Functie: **Em. Hoogleraar ADHD bij volwassenen AUMC, psychiater. Hoofd Kenniscentrum ADHD bij volwassenen, PsyQ, den Haag. President DIVA Foundation, founder ADHDPowerbank, founder European Network Adult ADHD en ADHD Netwerk.**

Handtekening: