Bekkenfysiotherapie:

bekken- en bekkenbodemklachten,
counseling bij seksuele problematiek.

EUREKA
FYSIOTHERAPIE

Naam: Ellen Scherpenisse, Geregistreerd bekkenfysiotherapeut.

Naam: Nieke Laboyrie, Geregistreerd bekkenfysiotherapeut.

Wat is bekkenfysiotherapie?

Bekkenfysiotherapie richt zich op het gehele buik-, bekken- en lage rug gebied bij vrouwen, mannen en kinderen. Een klacht kan leiden tot een functiestoornis in de bekkenbodem en omgekeerd.

De bekkenbodem (spierlaag in het bekken) heeft drie functies:

- dragen van de buikorganen
- openen en sluiten van de bekkenuitgang
- bijdrage aan de stabiliteit van het bekken

De bekkenbodemspieren en de spieren rondom het bekken en de lage rug, kunnen te zwak of te gespannen zijn, of niet op juiste moment functioneren. Hierdoor kunnen stoornissen optreden.

Klachten kunnen ontstaan door een verkeerde manier van plassen of ontlasten. Bij kinderen kunnen al op jonge leeftijd klachten worden geconstateerd en ook bij mannen komen problemen voor die samen hangen met een niet-optimale bekkenbodemfunctie.
Bij gezonde zwangeren heeft de fysiotherapeutische begeleiding vooral een preventieve functie: het voorkómen van bekkenpijn en bekkenbodemproblemen.

Door de bekkenbodemspieren en de spieren die daarmee samen werken bewust te leren gebruiken en houding en beweging op de juiste manier aan te leren, kunnen veel klachten worden voorkomen.

Wat doet een bekkenfysiotherapeut?

De bekkenfysiotherapeut houdt zich bezig met preventie, voorlichten, coachen, begeleiden en behandelen bij onderstaande klachten:

- ongewild verlies van urine en/of ontlasting;
- niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten, veel te vaak plassen;
- moeizaam kwijt kunnen van ontlasting;
- gevolgen van verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen;
- pijnklachten in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen;
- seksuele problematiek, gerelateerd aan functiestoornissen van de bekkenbodem;
- voor en na operaties in de onderbuik (gynaecologische, urologische en colorectale operaties);
- bekkenpijn en lage rugklachten in de periode rond zwangerschap en bevalling;
- bij gezonde zwangeren is de begeleiding met name gericht op preventie van bekkenpijn en bekkenbodemdysfuncties;
- bekkenpijn en lage rugklachten door andere oorzaken dan zwangerschap of bevalling.

De bekkenfysiotherapeut:

1. geeft voorlichting over en behandeling bij bekkenbodemproblematiek en bekkenpijn;
2. helpt bij het leren herkennen en trainen van de spieren van het bekken en de bekkenbodem;
3. is geschoold in het uitvoeren van een inwendig onderzoek van de bekkenbodemspieren t.b.v. een vollediger diagnostiek en optimale feedback aan de patiënt;

- maakt gebruik van speciale apparatuur;
- adviseert en helpt bij het herwinnen van de controle over vulling en legen van blaas en rectum (blaastraining);
- geeft indien nodig advies over ondersteunende hulpmiddelen.

Hoe vindt verwijzing plaats?

Patiënten kunnen worden verwezen door huisartsen, medisch specialisten (o.a. uroloog, gynaecoloog, seksuologen, kinderartsen, internisten), of op voorstel van verloskundigen of incontinentie-verpleegkundigen. Het is ook mogelijk zonder verwijzing naar de bekkenfysiotherapeut te komen.

Multidisciplinaire benadering

De bekkenfysiotherapeut werkt nauw samen met andere disciplines zoals huisartsen, verloskundigen, psychologen, diëtisten, gynaecologen, urologen en seksuologen.

Kijk voor meer informatie op:

www.bekkenfysiotherapie.nl

EUREKA
FYSIOTHERAPIE

Eureka Fysiotherapie locatie Stadspolders

Henriëtte Roland Holsterf 134
3315 TD Dordrecht
tel: 078-6143796
ellen@eurekafysio.nl

Eureka Fysiotherapie Locatie Centrum

Burgemeester de Raadtsingel 91F
3311 JG Dordrecht
078-6143796
www.eurekafysio.nl