

Uw gezondheid staat bij ons centraal

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Bekkenfysiotherapie
- Echografie
- Shockwave therapie
- Revalidatie na operatie
- Dry Needling
- Sportfysiotherapie
- Gespecialiseerde rugtraining

Openingstijden

Maandag	08:00 - 21:00
Dinsdag	08:00 - 21:00
Woensdag	08:00 - 21:00
Donderdag	08:00 - 21:00
Vrijdag	08:00 - 17:00

Contact opnemen:



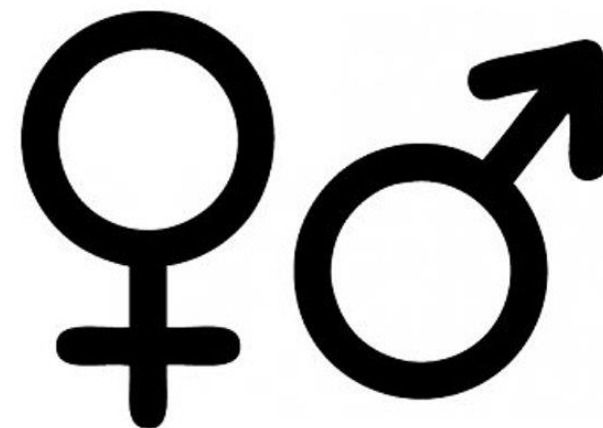
Locatie: Medisch Centrum Waterland
Horsterweg 34
3891 EV Zeewolde
t. 036-522 6720
e. info@fysiotherapiezeewolde.nl
i. fysiotherapiezeewolde.nl

Locatie: sportschool Next Level
Corridor 84
3893 BE Zeewolde

Bekkenfysiotherapie

Bij incontinentie, obstipatie, verzakking en pijn.

In deze folder vindt u informatie over fysiotherapie bij bekkenklachten zoals incontinentie, obstipatie, verzakking en pijn.



Tel. 036-5226720

Bekkenfysiotherapie

Vaak begint het met een ‘klein geheimpje’. Zomaar een paar druppels urine verliezen, de ontlasting niet kunnen ophouden of juist moeilijk kwijt kunnen.

Het zijn geen leuke gespreksonderwerpen voor aan de koffietafel. Velen schamen zich ervoor en praten er niet over. Ze durven niet meer het huis uit te gaan, boodschappen te doen of te sporten. Het zelfrespect neemt af, evenals het zelfvertrouwen en de sociale contacten lijden eronder. Kortom, velen zien de kwaliteit van leven verminderen.

In veel gevallen zijn de klachten terug te voeren op het niet goed functioneren van de bekkenbodemspieren.

De bekkenbodemspieren kunnen te zwak of juist te gespannen zijn. Of ze functioneren niet op de goede manier of op het juiste moment, waardoor stoornissen optreden.

“Bekkenfysiotherapeuten kunnen met eenvoudige middelen en adviezen uw klachten verminderen of verhelpen.”

De klachten

Mannen, vrouwen, kinderen en ouderen, iedereen kan problemen krijgen doordat de bekkenbodem niet goed functioneert. Dit kan bijvoorbeeld optreden na een bevalling, de overgang, terugkerende blaasontstekingen of een buik- of prostaatoperatie.

Soms hangen de klachten samen met

medicijngebruik, andere ziekten of met psychische factoren zoals verdriet, onderdrukte emoties, spanningen of zware mentale belasting.

Voorbeelden van veel voorkomende klachten zijn:

- Ongewild verlies van druppels urine tijdens inspanning (stress incontinentie)
- Veelvuldig optredende, plotselinge, hevig, niet te onderdrukken aandrang om te plassen (urge incontinentie)
- Ongewild verlies van ontlasting (fecale incontinentie)
- Het slecht/moeizaam kwijt kunnen van de ontlasting (obstipatie)
- Verminderde of geen controle over windjes (flatulentie)
- Verzakking van de blaas, baarmoeder of darmen
- Pijn in de onderbuik, rond de anus, bij de geslachtsdelen of stuitpijn.

Behandeling

De eerste behandeling bestaat uit een gesprek met de bekkenfysiotherapeut waarin de klachten worden uitgevraagd om inzicht te krijgen in uw probleem.

Naar aanleiding van uw klachten zullen er onderzoeksdoelstellingen worden besproken, deze zullen tijdens het onderzoek bij de tweede behandeling worden gebruikt.

U krijgt een uitleg over wat het onderzoek precies inhoudt en wat u kunt verwachten. Dit onderzoek kan soms inwendig zijn.

Onderzoek

De tweede behandeling zal het onderzoek plaatsvinden, waarbij de uitkomsten van het onderzoek met u worden besproken en er samen met u een behandelplan wordt opgesteld.

U krijgt uitleg over:

- de oorzaken en gevolgen van uw klacht.
- Persoonlijk advies
- Aandacht voor uw buik en bekken
- Oefeningen gericht op uw klachten.

Overig

Annouk Broekhuis-Bottelier is een ervaren en geregistreerd Bekkenfysiotherapeute. Zij werkt nauw samen met huisartsen, gynaecologen, urologen en MDL – artsen.

- Bekkenfysiotherapie valt onder fysiotherapie en wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering (ook zonder verwijzing).