

Bekkenfysiotherapie

Klachten rond het bekken, de bekkenbodem, de buik en/of de lage rug kunnen het dagelijks functioneren ernstig belemmeren. Het bekken, de gewrichtsbanden, de bekkenbodem en de bekkenorganen beïnvloeden elkaar wederzijds. Daardoor kan een klacht in het bekken leiden tot een klacht in de bekkenbodem en omgekeerd.

Een bekkenfysiotherapeut richt zich op het voorkomen en behandelen van klachten in het gebied rond het bekken, de buik en de lage rug. Deze klachten kunnen bij mannen, vrouwen en kinderen voorkomen.

Meer over bekkenfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie is een erkende specialisatie binnen de algemene fysiotherapie. Dit betekent dat bekkenfysiotherapeuten een speciale opleiding hebben gevolgd en vermeld staan in het kwaliteitsregister bekkenfysiotherapie van het KNGF, het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie.

Onze bekkenfysiotherapeuten bieden u door hun gerichte aanpak en specifieke kennis de best mogelijke behandeling en begeleiding.

Verwijzing is noodzakelijk

Voor een behandeling door de bekkenfysiotherapeut in het ziekenhuis heeft u een verwijzing van uw specialist nodig.

De specialist kan bijvoorbeeld de chirurg, uroloog, gynaecoloog, seksuoloog, maag- darm- leverarts, verpleegkundig specialist of revalidatiearts zijn.

Uw specialist kan u verwijzen bij:

- (persisterende) bekkenpijn en lage rugklachten;
- revalidatie bij langer bestaande bekkenpijn;
- ongewild verlies van urine en/of ontlasting;
- niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten;
- moeizaam kwijt kunnen van ontlasting;
- moeite hebben met (uit)plassen;
- verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen;
- pijnklachten in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen;
- seksuele problematiek die voortkomt uit functiestoornissen van de bekkenbodem;
- operaties in de onderbuik (door de gynaecoloog, uroloog of chirurg), zoals een verzakkingsoperatie of een operatie aan de prostaat.

In het laatste geval kan de behandeling door de bekkenfysiotherapeut zowel vóór als na de operatie plaatsvinden.

Behandeling

Vraaggesprek

De bekkenfysiotherapeut brengt via een uitgebreid vraaggesprek zo goed mogelijk in kaart wat uw problemen zijn.

Onderzoek

Daarna volgt een onderzoek van het houdings- en bewegingsapparaat. Een inwendig onderzoek naar de functie van de bekkenbodemspieren kan ook een onderdeel van de behandeling zijn. Dit wordt altijd vooraf met u overlegd.

Behandelplan

Naar aanleiding van de resultaten van het vraaggesprek en het onderzoek wordt een behandelplan opgesteld.

De behandeling bestaat uit een combinatie van:

- adviezen rondom verbeteren van plassen en ontlasten (zie ook de pagina [Toiletadviezen](https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6122) [<https://www.antoniusziekenhuis.nl/node/6122>]);
- adviezen over het eet- en drinkpatroon;
- ademhalings- en ontspanningsoefeningen (lokaal en/of totaal);
- het leren 'voelen' van de bekkenbodemspieren in dagelijkse situaties, soms met gebruikmaking van apparatuur;
- het verbeteren van de kracht en coördinatie van de bekkenbodem en het totale 'bekkenspierkorset' in dagelijkse situaties;
- stabilisatie-, spierkracht- en conditietraining van bekken en romp (eventueel in het water);
- adviezen over het gebruik van hulpmiddelen;
- adviezen over de uitvoering van activiteiten in het dagelijks leven.

Samenwerking met verschillende deskundigen

Bekkenfysiotherapeuten werken nauw samen met andere fysiotherapeuten, ergotherapeuten en revalidatieartsen. Daarnaast hebben zij op regelmatige basis overleg en/of gecombineerde spreekuren met urologen, gynaecologen en maag- darm- en leverartsen. Door deze intensieve samenwerking kunnen wij een passend behandelplan opstellen voor uw probleem.

Expertise en ervaring

Expertise & ervaring (FYS)

De fysiotherapeuten van het St. Antonius Ziekenhuis zijn specialisten op het gebied van bewegen. U kunt bij hen terecht wanneer u klachten heeft aan het houding- en bewegingsapparaat. Zij onderzoeken uw klachten en stellen een persoonlijk behandelplan op dat gericht is op het verbeteren van het lichamenlijk functioneren.

De fysiotherapeuten werken met verschillende disciplines samen. Ze zijn onder andere betrokken bij de

Paramedische Revalidatie Dagbehandeling, het Bekkenbodemcentrum, de schouderpolikliniek, de Downpoli, het MS Centrum, het ParkinsonNet en het Centrum voor Psychosomatiek. Ook werken ze nauw samen met Revalidatiegeneeskunde en met de bestaande fysiotherapie netwerken in de omgeving.

Kwaliteitsregister

Onze fysiotherapeuten staan ingeschreven in het kwaliteitsregister van het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie (KNGF). Daarnaast zijn zij, afhankelijk van hun specialisatie, opgenomen in deelregisters van de specialisatie (zoals NVFL, NGHT, NVFB, NVFH en NVFS).

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: [Begin een goed gesprek \(https://begineengoedgesprek.nl/\)](https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de [Nederlandse Patiëntenfederatie \(https://www.patientenfederatie.nl\)](https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Toiletadviezen (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/fysiotherapie/toiletadviezen>)

Specialismen

- Fysiotherapie (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/fysiotherapie>)
- Gynaecologie (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/gynaecologie>)
- Bekkenbodemcentrum (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/bekkenbodemcentrum>)
- Urologie (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/urologie>)

Contact Fysiotherapie

T 088 320 77 50