

Wetenschappelijke verantwoording
Waar mogelijk werkt de bekkenfysiotherapeut evidence based, dan wel consensus based.

Conservatieve behandeling (bestaande uit uitleg, leefstijladviezen, toiletadviezen, blaastraining en bekkenbodemoefeningen - eventueel met behulp van biofeedback en/of elektrostimulatie) is eerste keus behandeling bij stress- en/of urge urine-incontinentie en in geval van overactieve blaasklachten.

Voor de behandeling van stress urine-incontinentie wordt gewerkt volgens de KNGF-Richtlijn Stress urine-incontinentie. Uit diverse onderzoeken is gebleken dat bij tijdige revalidatie van de bekkenbodemspieren na de bevalling, incontinentieklachten voorkomen kunnen worden en dat de kosten van bekkenfysiotherapie versus de kosten van incontinentiematerialen en operatieve ingrepen in het voordeel van de fysiotherapie uitvallen.

Ook na een prostaatoperatie kan de periode met incontinentieklachten aanzienlijk worden verkort door het trainen van de bekkenbodem.

Recent onderzoek heeft een relatie aangetoond tussen lage rugklachten, bekkenbodemdysfuncties en bekkenpijn.

Incontinentie voor ontlasting is ook een indicatie voor behandeling met bekkenfysiotherapie.

Op dit moment is een doelmatigheidsonderzoek gaande naar een efficiënte diagnostiek en behandeling bij faecale incontinentie, waarbij bekkenfysiotherapie een eerste optie is, en pas als succes uitblijft een operatieve ingreep wordt overwogen.



DE DIJKEN

BEKKENFYSIOTHERAPIE

Caroline van der Weg

Geregistreerd Bekkenfysiotherapeut

Kerstendijk 155-D
3079 EW Rotterdam
010-4831441
fysio@fysiodedijken.nl
www.fysiodedijken.nl

Bekkenfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie vormt bij problematiek in het gebied van bekken, onderbuik en bekkenbodem een laagdrempelige voorzinning en kan een belangrijke rol spelen bij het behandelen van deze klachten.

Bekkenfysiotherapeuten hebben na hun opleiding fysiotherapie de post-HBO-opleiding bekkenfysiotherapie gevolgd. Zij zijn breed opgeleid, zowel therapeutisch als diagnostisch, op het gebied van het urogenitaal systeem, het gastro-intestinaal systeem, het houding- en bewegingssysteem van lage rug, buik en bekken, op het gebied van seksuele problematiek gerelateerd aan functiestoornissen in de bekkenbodem en de hier genoemde systemen. Tevens zijn ze opgeleid op het gebied van de obstetrie en kunnen ze een waardevolle bijdrage leveren aan de diagnosticering en behandeling van zwangerschapsgerelateerde klachten.

Indicaties

- ongewild verlies van urine en/of ontlasting (stress-incontinentie);
- niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten, veel te vaak plassen (urge-incontinentie);
- moeizaam kwijt kunnen van ontlasting;
- verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen;
- pijn in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen;

- seksuele problematiek, gerelateerd aan functiestoornissen van de bekkenbodem;
- pre- en post operatief bij chirurgische interventies in de onderbuik (gynaecologische, urologische en colorectale operaties);
- bekkenpijn en lage rugklachten in de periode rond de 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.

Specifieke vaardigheden en verrichtingen

- de bekkenfysiotherapeut geeft voorlichting over en behandeling bij bekkenbodempromblematiek en bekkenpijn;
- de bekkenfysiotherapeut helpt bij het leren herkennen en trainen van de spieren van het bekken, van de bekkenbodem en de spiergroepen waarmee de bekkenbodem in het dagelijks functioneren samenwerkt;
- bekkenfysiotherapeuten zijn geschoold in het uitvoeren van een inwendig onderzoek van de bekkenbodemspieren.
- de bekkenfysiotherapeut kan daarbij gebruik maken van elektrische en biomechanische energievormen zoals

- elektrostimulatie, myofeedback en rectale ballontraining - deze middelen worden met name gebruikt om spiergroepen of functies, die voor de patiënt onbekend zijn, te leren herkennen en gebruiken;
- de bekkenfysiotherapeut herstelt de verminderde fitheid die samenhangt met de klacht (conditie) en geeft ADL-adviezen;
- de bekkenfysiotherapeut adviseert en helpt bij het herwinnen van de controle over vulling en evacuatie van blaas en rectum (bv. blaastraining);
- de bekkenfysiotherapeut geeft indien nodig advies over ondersteunende hulpmiddelen, zoals een bekkenband.

Patiënten die in aanmerking komen voor bekkenfysiotherapie worden verwezen door huisartsen, medisch specialisten (met name urologen, gynaecologen, gastro-enterologen, colorectal chirurgen, proctologen, arts/seksuologen, kinderartsen, internisten), psychologen / seksuologen of op voorstel van verloskundigen en incontinentieverpleegkundigen.

Multidisciplinaire benadering

De bekkenfysiotherapeut is opgeleid tot en staat open voor het optimaal functioneren in nauwe samenwerking met andere disciplines.