

Vervolgens wordt via de vagina de bekkenbodem verder onderzocht. Om een indruk te krijgen van de kracht en het uithoudingsvermogen zal u gevraagd worden op verschillende manieren de bekkenbodemspieren aan te spannen en te ontspannen, te hoesten en te persen.

Anaal onderzoek:

Bij dit onderzoek ligt u op uw zij op de behandelbank. Er wordt gevraagd of u de bekkenbodemspieren kunt aanspannen en weer ontspannen en of u een keer wilt hoesten en persen. Vervolgens voelt de bekkenbodemtherapeut met een vinger via de anus naar de buitenste kringspier en naar de dieper liggende bekkenbodemspieren. U wordt opnieuw gevraagd de bekkenbodem aan te spannen en weer te ontspannen, te hoesten en te persen.

DE BEHANDELING

De behandeling van de bekkenbodemtherapeut vindt plaats op verwijzing van de huisarts of specialist. De bekkenbodemtherapeut helpt bij het leren herkennen en trainen van alle relevante spieren rondom het bekken en maakt daarbij soms gebruik van speciale apparatuur. De bekkenbodemtherapeut geeft indien nodig advies over preventie van verzakkingen, vochtinname, vezelinname, blaastraining, plaswekker en ondersteunende hulpmiddelen zoals een bekkenband. Bij gezonde zwangeren heeft de kinesitherapeutische begeleiding vooral tot doel dat de vrouw actief blijft, en daarmee optimaal blijft functioneren.

CONTACTEER ONS

Lien De Clercq
Debora De Baerdemaeker
Julie De Vlieger

Bellemdorpweg 70A
9881 Bellem

T 09 335 67 43
E info@kineplusbellem.be
BE 0818.260.326

**KINEplus**

BEKKENBODEM REVALIDATIE

Lien De Clercq - Debora De Baerdemaeker

**KINEplus**

WAT IS BEKKEMBODEMREVALIDATIE?

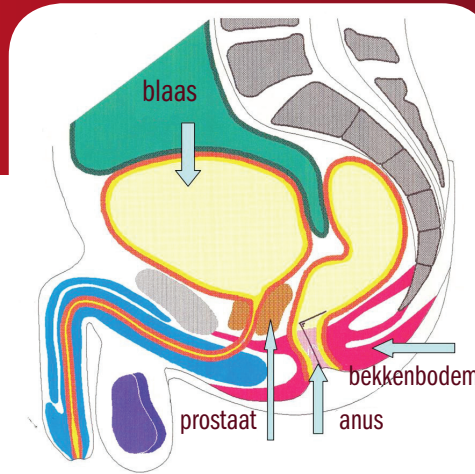
BEKKEMBODEMREVALIDATIE IS EEN SPECIALISATIE BINNEN DE KINESITHERAPIE. HET IS GERICHT OP KLACHTEN IN HET BUIK-, BEKKEN-, EN LAGE RUGGEBIED VAN MANNEN EN VROUWEN, ZWANGEREN EN PAS BEVALLEN VROUWEN, KINDEREN EN OUDEREN. DE LAGE RUG, HET BEKKEN MET DE GEWRICHTSBANDEN, DE BEKKEMBODEM EN BEKKEMBODEMORGANEN BEÏNVLOEDEN ELKAAR WEDERZIJD. EEN KLACHT IN HET BEKKEN KAN AL SNEL LEIDEN TOT EEN KLACHT VAN DE BEKKEMBODEM EN OMGEKEERD.

WAT IS DE BEKKEMBODEM?

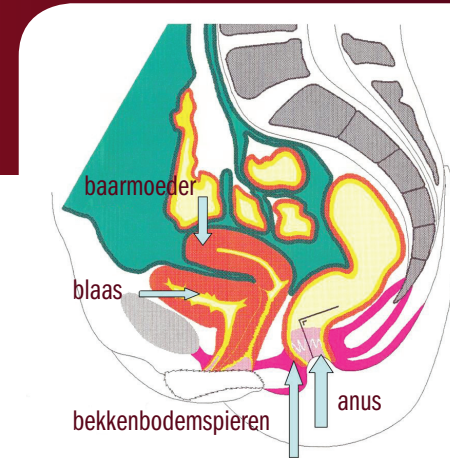
Spierlaag onder in het bekken, tussen het schaambeen – staartbeen – zitbeenknobbels

Functie:

- Ondersteuning blaas en darmen, bij de vrouw ook nog de baarmoeder
- Openen en sluiten van de plasbuis, vagina en anus
- Seksuele functie (erectie, ejaculatie, opwinding, orgasme)
- Stabiliteit lage rug en bekken



MAN



VROUW

- Mogelijke klachten:
 - » rug- en bekkenpijn
 - » ongewild verlies van urine en/of ontlasting
 - » een niet te onderdrukken aandrang om te plassen of te ontlasten
 - » veel te vaak naar het toilet moeten
 - » obstipatie/constipatie
 - » pijn in de onderbuik, bekkenbodem, staartbeen, schaambeen
 - » verzakking van de blaas – baarmoeder – darmen
 - » seksuele problemen

HET ONDERZOEK

De eerste behandeling bestaat uit een gesprek en uitleg over de klacht.

Tijdens één van de volgende behandelingen zal de bekkenbodetherapeut het lichamelijk onderzoek uitvoeren. Het is een onderzoek naar het functioneren van de bekken-

bodem, het bekken en de bekkenbanden, via de vagina of de anus. Dit alles gebeurt natuurlijk met de nodige privacy, zorgvuldigheid en hygiëne. Met de aanvullende informatie die het inwendig onderzoek oplevert, kan een gericht behandelpunten worden opgesteld.

Afhankelijk van de klacht zal het onderzoek bij vrouwen vaginaal of anaal worden uitgevoerd. Bij mannen is de bekkenbodem alleen via de anus te onderzoeken.

Gedurende het hele onderzoek wordt u steeds vooraf verteld wat er gaat gebeuren. Na afloop van het onderzoek worden de bevindingen met u besproken.

Vaginaal onderzoek:

Bij dit onderzoek neemt u plaats op de behandelbank in liggende houding. Er wordt aan u gevraagd of u de bekkenbodemspieren kunt aanspannen en weer ontspannen en of u een keer wilt hoesten en persen.