Bekkenfysiotherapie

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

Bekkenfysiotherapie is een specialisatie binnen de algemene fysiotherapie. In deze folder leest u wat bekkenfysiotherapie inhoudt. Op https://defysiotherapeut.com kunt u een bekkenfysiotherapeut vinden bij ú in de buurt.

Wat is bekkenfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie is fysiotherapie bij lage rugklachten, bekkenklachten en bekkenbodemklachten, zoals

- ongewild verlies van urine en/of ontlasting.
- niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten.
- moeizaam kwijt kunnen van ontlasting.
- verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen.
- pijn in de onderbuik, lage rug, lies, rond de anus of de geslachtsdelen.
- pijn bij gemeenschap, als die pijn te maken heeft met de bekkenbodem.
- bekkenpijn rondom en na zwangerschap en bevalling.
- klachten tijdens zwangerschap en bevalling.
- klachten rondom operaties in de onderbuik.

Wat houdt een behandeling door de bekkenfysiotherapeut in

De behandeling door de bekkenfysiotherapeut bestaat uit een intake, een onderzoek en een behandelperiode.

Intake

De intake is bedoeld om meer informatie te krijgen over uw problematiek, waaronder:

- uw plas- en ontlastingspatroon.
- seksualiteit.
- lage rug- en bekkenklachten.

Onderzoek

Het onderzoek bestaat uit

- onderzoek van uw bekken, heupen en eventueel lage rug.
- onderzoek naar het functioneren van uw bekkenbodemspieren.
- inzicht krijgen in uw plas- en ontlastingsgedrag, voeding en vochtintake door middel van een dagboek en vezellijst.

Indien nodig wordt ook een inwendig onderzoek gedaan om meer informatie te krijgen over de functie van uw bekkenbodemspieren. Dit wordt altijd vooraf met u besproken en gebeurt alleen met uw instemming.

Zo kan een behandelplan op maat worden gemaakt.

Na het onderzoekgedeelte wordt het behandelplan met u doorgesproken.

Behandeling

De behandeling kan bestaan uit

- oefentherapie voor de bekkenbodemspieren ter versterking, ontspanning en verbetering van de coördinatie.
- oefentherapie ter verbetering van de stabiliteit van lage rug en/of bekken.
- het behandelen van eventuele gewrichtsproblemen in lage rug, bekken of heup.
- persoonlijk advies over voeding en plas- en ontlastingsgedrag naar aanleiding van de ingevulde dagboeken.
- advies over het juiste houding- en bewegingsgedrag in uw dagelijks leven.
- mogelijke ondersteuning van de oefentherapie door middel van myofeedback, elektrostimulatie of rectale ballontraining.

Vergoeding behandeling

Over het algemeen vergoedt de zorgverzekeraar de bekkenfysiotherapeutische behandeling als u met een *aanvullende verzekering voor fysiotherapie* bent verzekerd. Check uw verzekering op vergoeding.
Tegenwoordig heeft niet iedere praktijk een contract met álle verzekeraars. Check de website van de desbetreffende praktijk voor informatie hierover. Bij een niet gecontracteerde praktijk krijgt u een gedeeltelijke vergoeding voor fysiotherapie

De behandeling van **urineverlies** wordt vergoed vanuit de basisverzekering. Bij sommige zorgverzekeraars is daarvoor een verwijzing van een arts of specialist naar de bekkenfysiotherapeut nodig. Raadpleeg hiervoor uw polisvoorwaarden.
Vergoedingen uit de basisverzekering gaan ten laste van uw eigen risico.

Heeft u nog vragen of wilt u een afspraak maken?

Bel dan naar **BACK**, Bekken Expertise Centrum: **010 – 451 65 39**
(onderdeel van FS Fysio (www.fsfysio.nl).
Of mail naar info@fsfysio.nl.
Meer informatie vindt u op www.fsfysio.nl.

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u krijgt. Stel vragen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**