

## Onderzoek met behulp van myofeedback en rectale ballon

### Myofeedback

Myofeedback is een methode waarbij gebruik wordt gemaakt van apparatuur om de activiteit van uw bekkenbodempieren te meten. Bij de behandeling wordt een probe (een soort sensor) in de vagina of anus ingebracht en aangesloten op een computerscherm. Opnieuw wordt u gevraagd aan te spannen, te ontspannen, te hoesten en persen. Op het scherm kunt u zelf de activiteit van de bekkenbodempieren zien, deze activiteit wordt weergegeven met een curve. Myofeedback kan ook worden gebruikt als therapie, met als voordeel dat u altijd kunt zien wat u doet. De probes die worden gebruikt zijn persoonsgebonden en worden zeer zorgvuldig steriel gereinigd. Helaas vergoeden niet alle zorgverzekeraars de probe en wordt u een eenmalige bijdrage gevraagd. De probe kan daarna wel meerdere malen gebruikt worden.

### Rectale ballon

Indien er sprake is van ongewild verlies van ontlasting of van obstipatie is het zinvol de gevoeligheid van de endeldarm voor vulling te testen. Een rectale ballon is een kleine ballon met een dun slangetje eraan dat verbonden is met een spuit. De ballon wordt in de anus ingebracht en via de spuit wordt hij langzaam met lucht gevuld, zo wordt de vulling van de endeldarm nagebootst. Er wordt gemeten of en wanneer u gevoel van aandrang krijgt en hoeveel de ballon gevuld kan worden. Ook de rectale ballon is persoonsgebonden en wordt zeer zorgvuldig steriel gereinigd. Helaas vergoeden niet alle zorgverzekeraars de ballon en wordt u een eenmalige bijdrage gevraagd. De ballon kan daarna wel meerdere malen gebruikt worden.

## Privacy en hygiëne

Een onderzoek en behandeling bij een bekkenfysiotherapeut is anders dan u gewend bent van de reguliere fysiotherapie. Het gaat vaak om problemen in een intiem gebied als lage buik en bekkenbodempieren. Het is belangrijk dat u het onderzoek en de behandeling ontspannen en met vertrouwen kunt ondergaan. De bekkenfysiotherapeut zal voor voldoende privacy zorg dragen. De deur van de behandelkamer kan daarom afgesloten worden, en u zult niet gestoord worden tijdens de behandeling. Reinigen van probes vindt plaats in de behandelruimte. Mocht u het onderzoek of de behandeling als onplezierig of pijnlijk ervaren dan heeft u altijd het recht om te stoppen. We zullen dan samen met u zoeken naar andere behandel mogelijkheden die minder belastend voor u zijn.

Bij inwendig handelen is het extra belangrijk dat hygiëne richtlijnen worden nageleefd. Zoals eerder vermeld zijn alle probes en ballonnen die binnen Fysi-Unique gebruikt worden persoonsgebonden. U bewaart uw eigen probe thuis zodat er geen kans op verwarring mogelijk is. Binnen de praktijk hebben we een hygiëne protocol voor het reinigen van de probes. U krijgt dit protocol mee naar huis zodat u weet hoe u het materiaal moet reinigen.

Wij hopen dat we u met deze folder voldoende geïnformeerd hebben over de mogelijkheden van de bekkenfysiotherapie. Heeft u na het lezen toch nog vragen, neem dan contact op met onze bekkenfysiotherapeut. Ze is altijd bereid tot nadere uitleg, u heeft tenslotte recht op goede en volledige informatie.

Met vriendelijke groeten,

Maaïke Wiezer, bekkenfysiotherapeut

Fysi-Unique

**BEKKENFYSIOTHERAPIE**

## **Wat is bekkenfysiotherapie?**

Bekkenfysiotherapie is een erkende verbijzondering binnen de algemene fysiotherapie welke alleen door een geregistreerde bekkenfysiotherapeut gepraktiseerd mag worden . Om in het register voor bekkenfysiotherapie te worden opgenomen volgt de fysiotherapeut een 3 jarige post-HBO of Master opleiding tot bekkenfysiotherapeut. Bekkenfysiotherapie richt zich op het hele gebied van lage rug, buik, bekken en bekkenbodemp.

## **Voor wie is bekkenfysiotherapie?**

Klachten die door de bekkenfysiotherapeut behandeld kunnen worden zijn:

- Ongewild verlies van urine en/of ontlasting.
- Het niet kunnen onderdrukken van aandrang om te plassen en/of ontlasten.
- Zeer vaak naar het toilet gaan om te plassen en/of ontlasten.
- Moeilijk kwijt kunnen van ontlasting, obstipatie.
- Moeilijk kwijt kunnen van urine.
- Klachten door verzakking van blaas, baarmoeder en/of darmen.
- Pijn in de onderbuik, rond de anus en/of rond geslachtsdelen.
- Seksuele problematiek die samenhangt met de bekkenbodemp.
- Begeleiding voor en na een operatie in de onderbuik zoals een prostaatctomie, een baarmoederverwijdering of een wand plastiek.
- Bekkenpijn, lage rugklachten en bekken instabiliteit in de zwangerschap en na de bevalling.
- Bekkenpijn en lage rugklachten door andere oorzaken dan zwangerschap of bevalling.
- Begeleiding tijdens zwangerschap en na de bevalling ter preventie van klachten.

## **Moet u worden verwezen door een arts?**

Om een afspraak te maken bij de bekkenfysiotherapeut heeft u geen verwijzing nodig van de huisarts of specialist. Een onderdeel van het bekkenfysiotherapeutisch onderzoek kan bestaan uit een inwendig vaginaal of anaal onderzoek. Hiervoor is wel altijd overleg en toestemming van een huisarts of specialist nodig.

Indien er sprake is van bekkenpijn, lage rugklachten of bekkeninstabiliteit tijdens een zwangerschap of na de bevalling dan kunt u op eigen initiatief komen of op advies van de verloskundige doorgestuurd worden naar de bekkenfysiotherapeut. Hiervoor is geen verwijzing nodig.

## **De intake en het uitwendig onderzoek**

Binnen het bekkenfysiotherapeutisch onderzoek is de intake erg belangrijk. Aan de hand van een uitgebreid vraaggesprek (anamnese) wordt geprobeerd vast te stellen wat de oorzaak van het gezondheidsprobleem is. Er zal specifiek gevraagd worden naar problemen die zich kunnen voordoen in het bekkenbodempgebied. Vragen op het gebied van het plassen, de seksualiteit en het ontlasten komen aan de orde. Soms wordt u gevraagd om aanvullende informatie. Dit kan bijvoorbeeld door thuis een plasdagboek of een ontlastingsdagboek in te vullen. In het geval van bekkenproblemen tijdens en na een zwangerschap kan u gevraagd worden een activiteitenlijst bij te houden van uw dagelijkse activiteiten.

Met het uitwendig fysiotherapeutisch onderzoek worden vervolgens de houding en bewegingsmogelijkheden van de lage rug, het bekken en de heupen onderzocht. Ook de kracht van de spieren en de stabiliteit van de regio worden gemeten.

Aan de hand van de intake en het onderzoek kan de uiteindelijke fysiotherapeutische diagnose worden gesteld. Soms is het echter zinvol om het fysiotherapeutisch onderzoek uit te breiden met een inwendig onderzoek. Voor het inwendig onderzoek zal een vervolgspraak worden gemaakt. U heeft zo de tijd om zich voor te bereiden op dit onderzoek.

## **Het inwendig onderzoek**

De bekkenbodemp is een spiergroep die zich binnen in het lichaam bevindt. Het is niet goed mogelijk om deze spieren vanaf de buitenkant te kunnen beoordelen. Problemen in de bekkenbodempspieren als krachtsverlies of juist een hele hoge spanning kunnen grote invloed hebben op uw klachten. Om een indruk te krijgen over de kwaliteit en het functioneren van de bekkenbodempspieren zal de bekkenfysiotherapeut ze inwendig palperen (voelen).

Bij deze palpatie voelt de bekkenfysiotherapeut via de vagina of de anus naar de functie van de spieren. Er zal u tijdens het onderzoek gevraagd worden aan te spannen, te ontspannen, te hoesten en te persen. Zo wordt de kracht, het uithoudingsvermogen en de coördinatie van de spieren beoordeeld. Ook kan een inwendig onderzoek nodig zijn om pijn goed te lokaliseren. U kunt het hele onderzoek volgen met een spiegel, en de bekkenfysiotherapeut vertelt u gedurende het onderzoek steeds wat ze doet en wat haar bevindingen zijn.

Het inwendig bekkenbodemp onderzoek geeft de bekkenfysiotherapeut veel extra informatie. Mocht u echter bezwaar hebben tegen dit onderzoek dan kunt u dit kenbaar maken. We zullen dan met u zoeken naar een minder belastende methode om de bekkenbodemp te onderzoeken. Het onderzoek dient geheel pijnloos te verlopen. Indien u toch pijn voelt of het onderzoek mogelijk toch vervelend vindt, kunt u het onderzoek op elk gewenst moment laten