

Locaties

Er zijn drie behandellocaties. Twee locaties bevinden zich in de wijk de Huet, aan de Kruidenlaan en in wijkcentrum De Zuwe. Een locatie is aan de Leerinkstraat in gezondheidscentrum Het Anker.

Openingstijden

Op werkdagen van 7.30 tot 18.30 uur. Maandag en donderdag zijn wij ook in de avond geopend tot 21.30 uur.

Afspraken

Afspraken kunt u maken via de website, WhatsApp of bellen op 0314 - 36 63 33

Wij zijn niet altijd in de gelegenheid de telefoon op te nemen. Spreek het antwoordapparaat in, u wordt dan zo spoedig mogelijk teruggebeld.

Website

Op onze website, www.fysio-berghuis.nl, vindt u veel informatie over de praktijk, behandelingen en formulieren.

Ook kunt u zich hier eenvoudig aanmelden voor onze praktijk.

Wij zijn opgenomen in het B.I.G. register en in het kwaliteitsregister van onze beroepsverenigingen. Zo bent u verzekerd van kwaliteit.



Informatie voor patiënten

De bekkenbodem speelt een grote rol bij plassen, ontlasten en seksualiteit. Bekkenfysiotherapie betreft niet alleen de behandeling van vrouwen, ook mannen en kinderen worden behandeld.

In deze folder leest u alles over de oorzaken van bekkenbodemp Problemen, de behandeling en vergoedingen.



www.fysio-berghuis.nl

Het Anker

Leerinkstraat 43

7009 DH Doetinchem

0314 - 36 63 33

Kruidenlaan

Kruidenlaan 163

7006 SW Doetinchem

0314 - 34 35 98

De Zuwe

De Bongerd 2

7006 NJ Doetinchem

0314 - 34 35 98

✉ info@fysio-berghuis.nl

☎ 0314 - 36 63 33

📞 06 - 38 22 64 46

Bekkenfysiotherapie

De bekkenbodemspier speelt een grote rol bij plassen, ontlasten en seksualiteit. De bekkenbodemspier bevindt zich aan de onderzijde van het bekken en vormt samen met de botten van het bekken de onderkant van de buikholte. Deze grote spier ondersteunt de buikorganen zoals prostaat, blaas en darmen. De bekkenbodemspier moet op de juiste momenten aanspannen en loslaten om het plassen, ontlasten en vrijen ongestoord te kunnen laten verlopen. De bekkenbodemspieren spelen ook een belangrijke rol bij stabiliseren van de lage rug en het bekken.

Als de bekkenbodemspier niet goed functioneert, kan dit leiden tot klachten zoals een tekort aan spierkracht, een onvoldoende bestuurbaarheid van de bekkenbodemspieren of een teveel aan spierspanning in de bekkenbodemspier.

Veelvoorkomende klachten

Omdat het functioneren van de bekkenbodemspier van invloed is op het functioneren van de blaas, endeldarm en ook op seksuele functies, kan dit leiden tot verschillende klachten:

- ongewild verlies van urine en/of ontlasting
- steeds terugkomende urineweginfecties
- 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, rond de anus of de geslachtsdelen
- pijn bij gemeenschap, als de klachten samenhangen met de bekkenbodemspier
- bekkenpijn in de periode rond en na de zwangerschap en bevalling

De bekkenfysiotherapeutische behandeling

Bij de eerste behandeling zal de bekkenfysiotherapeut een uitgebreide intake doen; dit betekent dat samen met u uw situatie in kaart wordt gebracht. Er worden vragen gesteld over uw plas- en ontlastingspatroon, voedingspatroon, leefwijze en algehele gezondheid. Uw klachten worden zorgvuldig doorgesproken. U krijgt uitleg over de bouw en functie van uw bekken, bekkenbodemspier en organen in het bekken. Dit alles in relatie tot uw klachten. Tevens zult u adviezen krijgen die gaan over een gezond plas- en ontlastingsgedrag.

Tijdens de tweede afspraak wordt een lichamelijk onderzoek gedaan, dit betreft een onderzoek van uw rug en bekken en alle omliggende spieren. Dit wordt gevolgd door een specifiek bekkenbodemonderzoek waarbij uw bekkenbodemspier wordt onderzocht middels palpatie (voelen). Zo kunnen we vaststellen hoe de spanning en coördinatie in uw bekkenbodemspier is. Soms wordt gebruik gemaakt van E.M.G. apparatuur (biofeedback). De bekkenfysiotherapeut zal u dit uitleggen.

Samen met u wordt dan een behandelplan opgesteld, waarbij eventueel ook andere behandelmogelijkheden worden betrokken (manuele therapie, Dry Needling, Triggerpoint behandeling). De bekkenfysiotherapeut is gespecialiseerd in het behandelen van stuitklachten (NIMOC-methode) en kinderbekkenfysiotherapie.

Specialisatie bekkenfysiotherapie

Een bekkenfysiotherapeut is een gespecialiseerd fysiotherapeut die na de opleiding voor fysiotherapie een aanvullende (master)opleiding voor bekkenfysiotherapie heeft gevolgd. Dat is een erkende opleiding van gemiddeld vier jaar.

Linda Ernste heeft de Masteropleiding bekkenfysiotherapie gevolgd aan de S.O.M.T. (Stichting Opleidingen Musculoskeletale Therapie) te Amersfoort.

Linda Ernste neemt vanuit de praktijk deel aan de maandelijkse patiëntenbesprekingen in het Slingeland Ziekenhuis. De bekkenfysiotherapeutische zorg wordt door deze multidisciplinaire overleggen goed gewaarborgd.

Verwijzing en vergoeding door uw zorgverzekeraar

Wij behandelen bekkenbodemspierklachten enkel na verwijzing door een huisarts of specialist. Wij raden u aan eerst naar uw arts te gaan.

De zorgverzekeraar vergoedt de behandeling als u een aanvullende verzekering heeft afgesloten voor fysiotherapie.

Indien er sprake is van urineverlies, worden de behandelingen binnen de basisverzekering vergoed. Dit heeft wel invloed op uw verplicht eigen risico.