

HERKENT U DIT?

- De gewone dagelijkse dingen gaan niet zoals ze zouden moeten gaan?
- U durft niet meer op visite, omdat u uw ontlasting niet ophoudt?
- U kunt niet meer lekker sporten omdat u ongewild urine verliest?
- U bent zwanger en heeft lage rug- of bekkenpijn?

INFO EN AANMELDEN

Voor meer informatie of wanneer u zich wilt aanmelden kunt u ons bellen op 030 288 06 03 of mailen naar info@fysio-nwplb.nl en een afspraak maken bij Yvonne Huis in 't Veld.



OPENINGSTIJDEN

maandag	08:00 - 21:00	donderdag	08:00 - 21:00
dinsdag	08:00 - 21:00	vrijdag	08:00 - 17:00
woensdag	08:00 - 20:30	za/zo	gesloten



Rijnhuizenlaan 10
3523 JA Utrecht
(Hoograven, Utrecht Zuid)

T 030 288 06 03
info@fysio-nwplb.nl
www.fysio-nwplb.nl



De spieren in de lage rug, buik en bekken spelen een belangrijke rol bij houding en beweging. Daarnaast hebben de spieren een belangrijke taak bij plassen, vrijen en ontlasten. De spieren kunnen te zwak zijn of juist te gespannen. Het komt ook voor dat ze niet op het juiste moment hun werk doen. Niet iedereen voelt deze spieren, waardoor bewuste controle soms niet mogelijk lijkt. De bekkenfysiotherapeut kan helpen de controle over deze spieren te herwinnen. Zo vindt u uw zelfvertrouwen weer terug.

DE GEREGISTREERDE BEKKENFYSIOTHERAPEUT

Geregistreeerde bekkenfysiotherapeuten zijn gespecialiseerd in het onderzoeken en behandelen van klachten in de buik, de lage rug, het bekken en het bekkenbodemgebied bij mannen, vrouwen en kinderen. Zo kunnen veel complexe klachten behandeld worden, zonder operatie. Een hele geruststelling!

WAT DE BEKKENFYSIOTHERAPEUT VOOR U KAN BETEKENEN

De bekkenfysiotherapeut helpt mensen hun zelfvertrouwen te hervinden. Dat begint met voorlichting, preventie en diagnostiek. Daarop volgt het coachen, begeleiden en behandelen van mannen, vrouwen en kinderen met de volgende klachten:

- Ongewild verlies van urine en/of ontlasting
- Niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten

- Moeizaam kwijt kunnen van urine en/of ontlasting
- Zwaar, drukkend gevoel in de onderbuik en/of balgevoel in de vagina of anus
- Pijn in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen
- Problemen bij het vrijen, die samenhangen met de bekkenbodem
- Bekkenpijn en lage rugklachten in de periode rond de zwangerschap en bevalling
- Bekkenpijn en lage rugklachten door andere oorzaken dan zwangerschap of bevalling
- Pijn in buik of bekkengebied voor en/of na een operatie

HOE GAAT DE BEKKENFYSIOTHERAPEUT TE WERK?

Tijdens de eerste afspraak worden uw klachten zorgvuldig in kaart gebracht. Uw klachten worden vanuit diverse invalshoeken bekeken, het bekken is namelijk niet los te zien van de rest van uw lichaam.

Er zal onder andere gekeken worden of er tijdens het bewegen problemen zijn, hoe het plassen en ontlasten gaat en of er problemen zijn met vrijen. Om de klacht in kaart te brengen kan een inwendig onderzoek worden uitgevoerd.

Er wordt samen met u een behandelplan opgesteld. Er zal regelmatig een evaluatie van de voortgang plaatsvinden. Hoe lang u bij de bekkenfysiotherapeut onder behandeling bent, is afhankelijk van uw problematiek.

U krijgt niet alleen gerichte oefeningen, praktische adviezen en uitleg over bijvoorbeeld ademhaling en toiletgedrag, uw bekkenfysiotherapeut doet ook oefeningen voor de bekkenbodem en de stabilisatie van bekken en lage rug.

DIRECTE TOEGANKELIJKHEID FYSIOTHERAPIE (DTF)

Sinds 1 januari 2006 zijn wij direct toegankelijk voor fysiotherapeutische zorg. Patiënten kunnen ons direct consulteren zonder eerst bij een (huis)arts te zijn geweest. Tijdens de eerste behandeling vindt dan eerst een 'DTF-screening' plaats waarmee wij snel duidelijkheid kunnen krijgen of uw klachten behandeld kunnen worden door de bekkenfysiotherapeut.

VERGOEDT UW ZORGVERZEKERAAR BEKKENFYSIOTHERAPIE?

In de wachtkamer van de praktijk vindt u de tarieven voor een behandeling. Ga wel eerst bij uw zorgverzekeraar na of u verzekerd bent voor bekkenfysiotherapie. Het is belangrijk om te controleren hoeveel behandelingen u vanuit uw aanvullende verzekering vergoed krijgt. Behandelingen voor kinderen tot 18 jaar worden betaald uit de basisverzekering.

AFSPRAAK AFZEGGEN

U kunt uw afspraak 24 uur van tevoren afzeggen. Niet of niet tijdig afgezegde afspraken worden in rekening gebracht.