

BEKKENFYSIOTHERAPIE

Een bekkenfysiotherapeut is een fysiotherapeut, die na de opleiding fysiotherapie een opleiding bekkenfysiotherapie heeft gevolgd.

De bekkenfysiotherapeut richt zich op mensen met problemen in het gehele gebied van lage rug en bekken, buik en bekkenbodem. Het gaat daarbij niet alleen om vrouwen, maar ook om mannen en kinderen. De bekkenbodem is een spierlaag onder in het bekken, die de buikorganen draagt, zorgt voor het openen en sluiten van de bekkenuitgang en die bijdraagt aan de stabiliteit van het bekken. De bekkenbodemspieren werken nauw samen met de buik- en rugspieren en hebben een belangrijke functie in het dagelijks bewegen en bij het voorkomen van rug- en bekkenpijn. Een verstoorde functie kan zich ook op andere manieren uiten. Denk aan ongewild verlies van urine en/of ontlasting, een niet te onderdrukken aandrang om te plassen of ontlasten of veel te vaak naar het toilet moeten, pijn in de onderbuik, in de bekkenbodem of bij het stuitje of schaambeentjes en verzakkingen van de blaas, baarmoeder of darmen. Ook seksuele problemen kunnen samenhangen met niet goed functionerende spieren. De problemen ontstaan vaak uit onwetendheid, of door een verkeerde manier van plassen of ontlasten, soms na blaasontstekingen, na een buik- of prostaatoperatie of zij hangen samen met zwangerschap of bevalling.

De bekkenfysiotherapeut helpt bij het leren herkennen en trainen van alle relevante spieren rondom het bekken en maakt daarbij soms gebruik van speciale apparatuur. Bij gezonde zwangeren heeft de fysiotherapeutische begeleiding vooral het doel dat zij actief blijven en daarmee optimaal blijven functioneren.

Voor verdere informatie verwijzen wij u graag naar www.nvfb.nl