

## Informatiefolder inwendig handelen

U kunt op eigen initiatief of na een verwijzing van uw arts naar de bekkenfysiotherapeut gaan in verband met bekkengerelateerde klachten. Dit kunnen zowel urologische, gynaecologische, proctologische (ontlasting-gerelateerde), seksuologische als ook bekkenrug-heup klachten zijn. Uw klachten worden mogelijk veroorzaakt door het niet optimaal functioneren van de bekkenbodem. De bekkenfysiotherapeut is gespecialiseerd in de bekkenbodemp functie.

Een bekkenfysiotherapeut heeft zich na de opleiding tot algemeen fysiotherapeut nog 3jaar verder gespecialiseerd in het bekkengebied. Door deze specialisatie heeft zij kennis gekregen van bekkengerelateerde klachten. Een algemeen fysiotherapeut is hiervoor niet speciaal opgeleid. Een bekkenfysiotherapeut mag ook, indien geïndiceerd, inwendig onderzoek doen om de functie van de bekkenbodemp spier te beoordelen.



Het voelen naar het optrekken van de urinebuis bij een vrouw

### Waarom inwendig onderzoek?

Voordat er met de behandeling begonnen wordt, moet de bekkenfysiotherapeut voldoende informatie hebben over het functioneren van uw bekkenbodemp spier. Dit gebeurt door het afnemen van een uitgebreide anamnese. Indien op basis van de anamnese inwendig onderzoek geïndiceerd is, zal de bekkenfysiotherapeut de reden hiervoor aan u uitleggen. Een inwendig onderzoek geeft inzicht in het functioneren van uw bekkenbodemp spier. De bekkenfysiotherapeut onderzoekt de kracht, het uithoudingsvermogen, de coördinatie en de mate van spanning en ontspanning van deze spiergroep. Op deze manier is zij in staat om vast te stellen of er een relatie is tussen uw klachten en de bekkenbodemp functie.

### Toestemming

Voor het inwendig onderzoek wordt uw toestemming gevraagd. Als u toestemming geeft, wordt dit in uw dossier genoteerd. Er kunnen redenen zijn waarom u geen toestemming wilt of kunt geven voor inwendig onderzoek. Bespreek dit met uw bekkenfysiotherapeut. U bent nergens toe verplicht!

### Het inwendig onderzoek

Bij vrouwen wordt het onderzoek afhankelijk van de klacht vaginaal en/of anaal gedaan. Bij urine incontinentie en verzakkingklachten is dit meestal vaginaal en bij ontlastingsproblemen

anaal. Bij mannen kan de bekkenbodem alleen anaal onderzocht worden. Voor dit onderzoek is het noodzakelijk het onderlichaam te ontkleden.

### Vaginaal onderzoek

Dit onderzoek gebeurt in rugligging op de behandelbank met beide knieën gebogen. De bekkenfysiotherapeut kijkt naar het bekkenbodembied. Zij vraagt u of u de bekkenbodemspieren wilt aanspannen en weer ontspannen en of u een keer wilt hoesten en persen. Vervolgens voelt ze met één of twee vingers via de vagina naar de spierkracht en de spanning van de bekkenbodem, naar eventuele verzakkingen en mogelijke pijnpunten. U wordt opnieuw gevraagd de bekkenbodem aan te spannen, te ontspannen, te hoesten en te persen. U kunt het onderzoek te allen tijde stoppen!

De fysiotherapeut vertelt u gedurende het hele onderzoek wat zij doet. Wanneer het volledige onderzoek is afgerond zal de fysiotherapeut de bevindingen met u bespreken en een behandelplan opstellen dat is afgestemd op uw klachten. Na een periode van oefenen kan dit onderzoek herhaald worden en wordt het resultaat vergeleken met de beginmeting.

### Anaal onderzoek

Dit onderzoek gebeurt in zijligging. Om goed zicht op de anus te hebben zal de bekkenfysiotherapeut de bovenste bil een klein stukje optillen. Zij vraagt u de bekkenbodemspier aan te spannen, te ontspannen en een keer te persen en te hoesten. Daarna voelt de bekkenfysiotherapeut via de anus naar de spanning van de kringmuskel en de bekkenbodemspier. De spieren worden beoordeeld op hun vermogen om aan te spannen, te ontspannen en op hun kracht. In principe is het onderzoek geheel pijnloos. Indien u toch pijn voelt of als u het vervelend vindt, dan kunt u het onderzoek op elk moment laten stoppen!

De bekkenfysiotherapeut vertelt u gedurende het hele onderzoek wat zij doet. Wanneer het volledige onderzoek is afgerond zal de fysiotherapeut de bevindingen met u bespreken en een behandelplan opstellen dat is afgestemd op uw klachten. Na een periode van oefenen kan dit onderzoek herhaald worden en wordt het resultaat vergeleken met de beginmeting.

### Contact

Mocht u nog vragen hebben, dan kunt u die altijd aan het begin van de volgende behandeling stellen. Ook kunt u mailen met Nynke Stellingwerf-Goinga ([nstellingwerf@fysio-actief.nl](mailto:nstellingwerf@fysio-actief.nl))