

Via de probe worden uw bekkenbodemspieren altijd eerst gemeten en dan zonodig geprikkeld. Eerst zal de stroom laag gedoseerd worden om u te laten wennen aan het gevoel van de prikkel. Daarna zal de stroom afhankelijk van het doel van de behandeling rustig opgedraaid worden. De stroom mag **nooit pijnlijk** zijn. Mocht u het toch vervelend of pijnlijk vinden, wilt u dat dan aangeven? De behandeling verloopt prettiger als u van tevoren even naar het toilet bent geweest.

De probe die u voor deze therapie nodig heeft, is persoonsgebonden en wordt aangeschaft via de praktijk. U krijgt hiervoor een aparte factuur en in een aantal gevallen vergoedt uw zorgverzekeraar dit, maar dat is zeker niet altijd het geval. Uw bekkenfysiotherapeut informeert u over de kosten. De probe blijft uw eigendom en kan gedurende de gehele behandelperiode gebruikt worden.

Als u het vervelend vindt om elektrotherapie te krijgen dan kunt u dat altijd zeggen en daarvan af zien. Indien u de behandeling wilt stoppen kan dat direct, of spreek van tevoren met uw bekkenfysiotherapeut een signaal af. U blijft altijd baas over uw eigen lichaam!

Indien u een nare ervaring heeft gehad in het bekkenbodem gebied, waardoor u tegen een dergelijke behandeling opziet, wilt u dit dan melden bij uw bekkenfysiotherapeut. Er vindt geen onderzoek plaats indien er sprake is van bloed en/of (schimmel)infecties in het te behandelen gebied, bij menstruatie en bij zwangerschap.

LET OP: veel mensen zijn allergisch voor nikkel. Daarom zijn alle elektrodes die wij gebruiken nikkelvrij.

Hoe bent u verzekerd?

Als u aanvullend verzekerd bent worden de behandelingen onder fysiotherapie vergoed door uw zorgverzekeraar. Hoeveel behandelingen er vergoed worden, verschilt per type polis en in hoeverre u elders al meer gebruik heeft gemaakt van uw budget aan fysiotherapie. Controleert u daarvoor uw eigen polis en neem eventueel contact op met uw zorgverzekeraar. Bij eventuele verandering van zorgverzekeraar en/of polis verzoeken wij u dringend dit tijdig aan ons door te geven. U blijft zelf verantwoordelijk voor de keuze van uw verzekeraar en daarmee tevens voor de vergoeding van de behandelingen.

Algemene informatie bekkenbodem

Om de complexe problematiek eenvoudig uit te leggen heeft het instituut een aparte site gemaakt:

www.bekkenbodemonline.nl

Het instituut heeft bovendien een App die u helpt in de therapie. De App bekkenbodem is gratis te downloaden en geschikt voor Android en iPhone.

Openingstijden

Wij zijn maandag t/m donderdag van 8.00-13.00 uur direct telefonisch bereikbaar. Buiten deze tijden kunt u een boodschap inspreken en wordt u zo spoedig mogelijk teruggebeld. Dit kan ook per mail: info@profunduminstituut.nl.

Hoofdlocatie Profundum Instituut

Lokatie Profundum Bekkencentrum
van Godewijkstraat 104A
3311 GX Dordrecht
t: 078-622 74 11

Onderdeel van:



www.profundumbekkenentrum.nl



Bekkenfysiotherapie met behulp van een vaginale of anale probe

Onderdeel van:



In ons instituut wordt gewerkt met de nieuwste en meest betrouwbare apparatuur. Bij deze therapie wordt een probe in de vagina of anus gebracht. Er kunnen twee vormen van therapie worden ingezet: myofeedback en elektrotherapie.

Myofeedback

Met behulp van myofeedback kan de bekkenfysiotherapeut u op een schermje laten zien wat de activiteit is van uw bekkenbodemspieren. Zo krijgt u inzicht in uw eigen vermogen van aanspannen en ontspannen. Vaak is er een hoge basisspanning waar u zich zo niet bewust van bent. Deze therapie helpt u om wat u ziet te vertalen in wat u moet voelen en zo nog beter met uw oefeningen aan de slag te kunnen.

Redenen om voor myofeedback te kiezen

- Als u de bekkenbodem niet kunt vinden kan dit helpen om aan- en ontspannen van de bekkenbodemspieren weer te herkennen.
- Door het in beeld brengen van de bekkenbodemactiviteit leert u uw bekkenbodemspieren op correcte wijze aan te spannen, maar ook adequaat te ontspannen.



Elektrotherapie

Met behulp van kleine elektrische stroompjes worden de zenuwvezels in de bekkenbodemspieren gestimuleerd waardoor uw bekkenbodemspieren worden aangespannen.

Redenen om voor elektrotherapie te kiezen

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom uw therapeut u voorstelt om met apparatuur aan de slag te gaan: spierzwakte, een te hardwerkende blaas pijn of bij een te hoge spanning van de bekkenbodemspieren.

- **Spierzwakte:** door de spieren te prikkelen gaat de bekkenbodem aanspannen. U kunt, door het voelen van deze aanspanning, de werking van de bekkenbodemspieren herkennen en op eigen aansturing deze activiteit herhalen/ meedoen. Ook kunt u, door het herkennen van het massaal aanspannen van alle spiervezels van de bekkenbodem, gevolgd door het volledig ontspannen van de vezels in de rustfase, duidelijk krijgen hoe ontspanning van uw bekkenbodemspieren voelt.

- **Te hardwerkende blaas:** bij een overprikkelde blaas kan deze tot rust gebracht worden. Er wordt een stroomvorm gekozen die de blaas rustig maakt, zodat deze minder vaak aanspant en daardoor geen of minder aandrang en/ of verlies van urine geeft.

- **Pijn:** bij remming van de pijn gaat het erom andere prikkels aan het lichaam te geven waardoor de vicieuze cirkel wordt doorbroken. De gekozen stroomvorm remt de pijn.

- **Te hoge spanning van de bekkenbodemspieren:** de stroom wordt zodanig gegeven, dat er een oververmoeidheid en daardoor volledige ontspanning van de bekkenbodemspieren ontstaat.

Hoe ziet de therapie eruit?

Voor de therapie ligt u meestal op de rug met de klep van de behandeltafel enigszins omhoog. Wanneer de probe anaal wordt ingebracht ligt u in zijlig. Uw onderbroek is uit en met een handdoek dekt de bekkenfysiotherapeut u weer af nadat de probe is ingebracht. Soms vraagt de therapeut u de onderbroek weer aan te doen als de probe is ingebracht.

De bekkenfysiotherapeut brengt de probe (het meetinstrument) in de vagina of de anus. Dit mag niet pijnlijk zijn, is dit wel het geval, dan moet u dit melden. Op uw bekken komt een vlakke elektrode wat nodig is voor de meting. De bekkenfysiotherapeut zal van tevoren bespreken hoe de probe wordt ingebracht.

