

Bekkenbodemkliniek man

Informatie voor patiënten



Wat is de bekkenbodembodem?

Wat is bekkenbodembodemkinesithherapie?

Wanneer heb je
bekkenbodembodem-kinesithherapie nodig?

Afspraak maken?

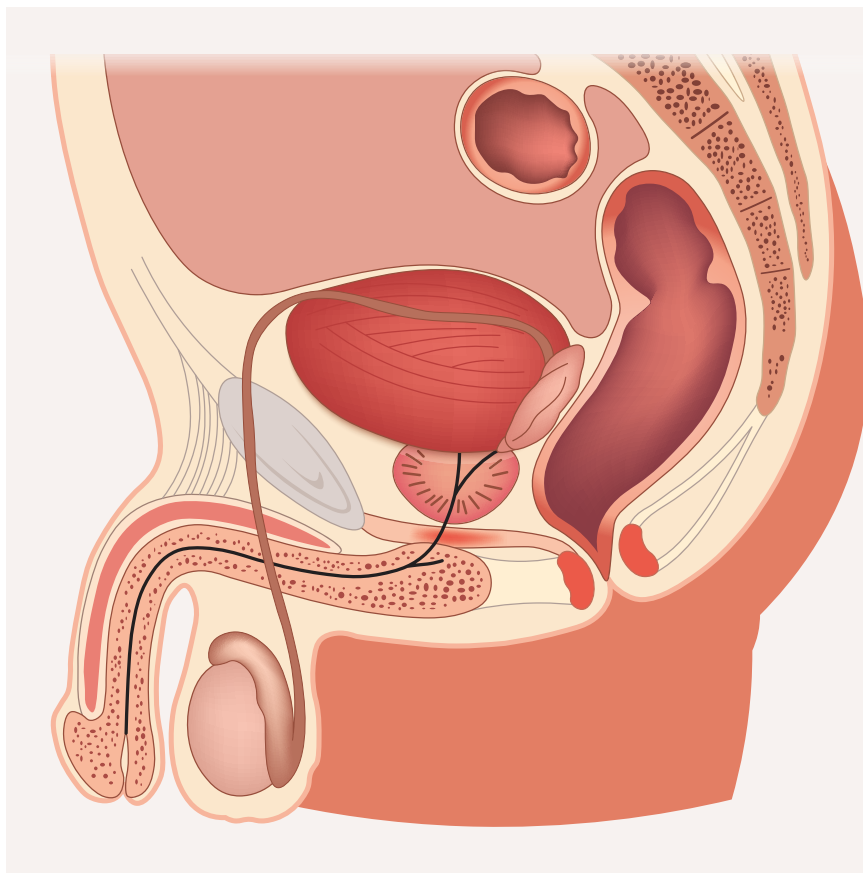
Wat is de bekkenbodemplic?

De bekkenbodemplic is een verzameling van spieren en ligamenten. Onze bekkenbodemplic wordt ons hele leven aan constante druk blootgesteld. De bekkenbodemplic moet urine, stoelgang en windjes op kunnen houden en ze op de juiste tijd lossen.

Naast de steun-, open- en sluitfunctie heeft de bekkenbodemplic ook een seksuele functie die verstoord kan zijn.

Het is belangrijk dat we bewust worden waar de bekkenbodemplic ligt. Je moet de bekkenbodemplicspieren op een correcte manier aanspannen en ze op de juiste manier ontspannen.

De bekkenbodemplic heeft regelmatige oefening nodig om ons hele leven in optimale conditie te blijven. Op basis van een grondig onderzoek stellen we voor jou een persoonlijk behandelplan samen.



Wat is bekkenbodemkinesithherapie?

Bekkenbodemkinesithherapie is een methode waarbij je leert de spieren van de bekkenbodem te voelen en bewust te gebruiken. Een kinesist, gespecialiseerd in de bekkenbodemkinesithherapie, kan je door middel van oefentherapie leren de spieren van de bekkenbodem aan te spannen of te ontspannen.

Hierbij kan gewerkt worden met biofeedback en/of elektrostimulatie zodat de oefentherapie maximaal ondersteund wordt.

Naast oefentherapie geven we je voedingsadvies en tips in verband met een juiste toilethouding.

Wanneer heb je bekkenbodem-kinesithérapie nodig?

Je hebt bekkenbodemkinesithérapie nodig:

- bij ongewild verlies van urine en/of stoelgang
- bij een niet te onderdrukken aandrang om te plassen en/of te ontlasten (urge-incontinentie)
- bij een verzakking van de blaas of darmen
- bij last van constipatie
- bij pijn ter hoogte van de bekkenbodem
- bij een heelkundige ingreep van het kleine bekken

Afspraak maken?

Bekkenbodemtherapie

ZNA Middelheim

Lindendreef 1

2020 Antwerpen

Tel.: 03 280 30 82





Bekkenbodetherapie

ZNA Middelheim
Lindendreef 1
2020 Antwerpen
Tel.: 03 280 30 82