



Chronische Bekkenpijn

Niets aan te doen?.....

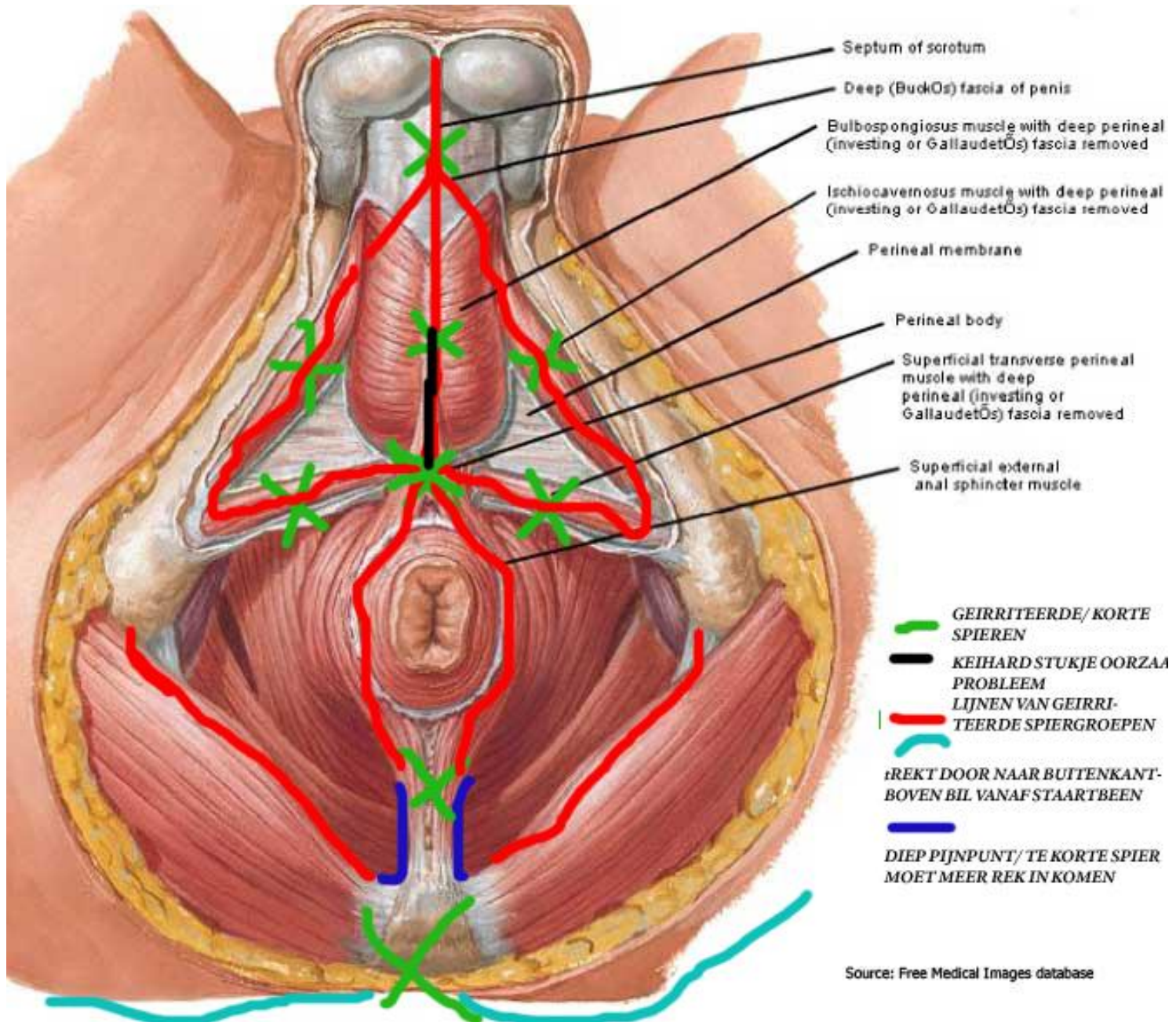
Of wel?

Fetske Hogen Esch, MSPT, Bekkenfysiotherapeut/ Pijnspecialist

F-act Pelvic Pain Clinic B.V. Enkhuizen

Dokter....Help!

- Ik heb...
- Buikpijn, een blaasontsteking gevoel maar geen blaasontsteking, pijn bij plassen, pijn bij poepen, pijn bij vrijen, pijn in mijn prostaat, pijn in mijn blaas, pijn in mijn penis, pijn in mijn balzak, pijn als ik zit, een pijnlijk gevoel in mijn clitoris, pijn in mijn schaamlippen.....



Source: Free Medical Images database

En dan...

Wordt er onderzocht:



Daar sta je dan....



Je weet dat er iets aan de hand is maar je ziet door de bomen het bos niet meer

Niets gemist?

Of toch?

Mensen bestaan voor **50%** uit spieren.

Daarnaast hebben we:

- Banden
- Gewrichten
- Een zenuwstelsel

Bekkenfysiotherapie

Luisteren

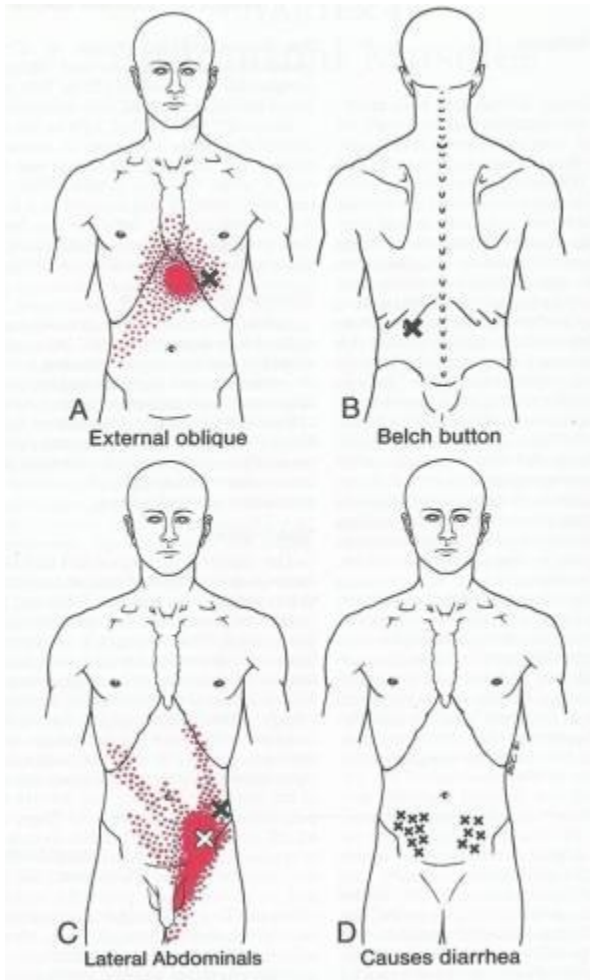
Organen



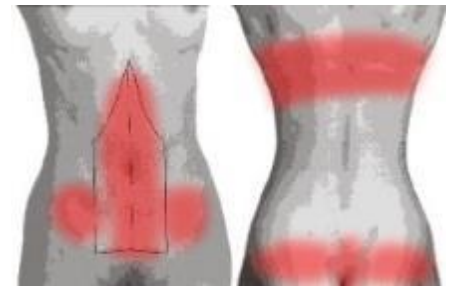
Spiieren, banden, gewrichten, ZS

Samenhang

Buikspieren !!!



- Buik TrPs kunnen orgaan pijn nabootsen
- Vaak beschreven als:
 - Brandend
 - Vol gevoel
 - Opgeblazen
 - Opgezet



- Deze TrPs kunnen leiden tot verhoogde irritatie van de blaas en de kringspier, en aandrang en vaak plassen veroorzaken.

Onderzoek

- Houding
- Beweging
- Ademhaling
- Spieren (Bekkenbodembodem!!)
- Zenuwstelsel
- Gewrichten (rug, bekken en heupen)

Wie heeft pijn?



Behandeling

- Individueel maatwerk
- Houdingscorrectie
- Beweegadvies
- Trigger point behandeling
- Stroom
- Ontspanning
- Coaching en advies
- Groepstraining

Conclusie

Bekkenfysiotherapie als onderdeel van een multidisciplinaire aanpak



NEVER GIVE UP

