

## Verwijzing

Vaak is er sprake van een verwijzing door een huisarts of specialist. Een verwijzing is echter niet noodzakelijk. U kunt ook op eigen initiatief een afspraak maken.

## Vergoeding

Kinderbekkenfysiotherapie valt onder kinderfysiotherapie en wordt vanuit de basisverzekering vergoed.



## Contactgegevens

De praktijk is gevestigd in Praktijkcentrum Het Gemeentehuis in Sint Laurens.

Noordweg 495  
4333 KE Middelburg

T: 06 48 33 30 42  
W: [www.hermans-kinderfysiotherapie.nl](http://www.hermans-kinderfysiotherapie.nl)  
E: [hermanskinderfysio@gmail.com](mailto:hermanskinderfysio@gmail.com)

## Afspraak maken

Via bovenstaand nummer kunt u telefonisch een afspraak maken. Dit nummer is bereikbaar op

Maandagavond	van 18:00 tot 20:00
Dinsdagavond	van 18:00 tot 20:00
Woensdagmorgen	van 08:00 tot 12:00
Donderdagavond	van 18:00 tot 20:00

Het is ook mogelijk een afspraak te maken via de website of e-mail.



## Kinderbekkenfysiotherapie

Informatiefolder

## Kinderbekkenfysiotherapie

Een kinderbekkenfysiotherapeut is een fysiotherapeut die gespecialiseerd is in het gebied van buik, bekken en bekkenbodem van kinderen. Het gaat hierbij veelal om plas- en poepproblemen. De kinderbekkenfysiotherapeut is opgeleid het kind spelenderwijs te leren voelen waar de bekkenbodemspieren zich bevinden en te zorgen dat het kind daarover controle kan krijgen.

De bekkenbodemspieren spelen een belangrijke rol bij het plassen en poepen. Normaal gesproken zijn deze spieren ontspannen. Bij het ophouden van plas en poep worden ze aangespannen en vervolgens zullen ze weer volledig worden ontspannen om te kunnen plassen of poepen. Bij kinderen met plas- en poepproblemen werken deze spieren vaak te hard en zal het kind moeten leren deze spieren te ontspannen.



## Veel voorkomende klachten

- Broekplassen
- Heel vaak moeten plassen
- Terugkerende blaasontstekingen
- Bedplassen
- Te lang ophouden van plas
- Moeite met op tijd halen van de wc
- Verstopping (obstipatie)
- Broekpoepen
- Buikpijn

## Onderzoek

Nadat u en uw kind zich hebben aangemeld zal er direct een vragenlijst worden opgestuurd. Deze vragenlijst dient u als ouder vooraf ingevuld te hebben. Tijdens het eerste bezoek zal voornamelijk met uw kind gesproken worden over wat er aan de hand is. Vervolgens zal er uitgelegd worden hoe u en uw kind de plas-, poepdagboekje en drink- en vezellijsten invult. Er zal een lichamelijk onderzoek uitgevoerd worden om de algehele motoriek van uw kind te beoordelen en er zal gekeken worden naar de functie van de bekkenbodemspieren.

## Behandeling

Aan de hand van de hulpvraag en de gegevens van het onderzoek zal in overleg met u en uw kind bepaald worden te starten met kinderbekkenfysiotherapie. Indien dit het geval is zal er in samenspraak met u en uw kind een behandelplan opgesteld worden.

De behandeling zal bestaan uit:

- Uitleg over het ontstaan en instandhouden van de klacht
- Uitleg over de blaas, darmen, plassen en poepen en de bekkenbodem
- Uitleg en training van toilethouding en toiletgedrag
- Algemene adviezen eten en drinken
- Ademhalingsoefeningen
- Houdings- en lichaamsgevoel
- Bewustwording bekkenbodem
- Aanleren juiste plas- en poeptechiek

