

- De vrouw krijgt leefstijl- en oefenadviezen op maat mee.
- Bij aanwezige disfuncties en klachten binnen het domein van de bekkenfysiotherapeut wordt de vrouw geadviseerd een vervolgspraak te maken.
- Bij aanwezige disfuncties die niet binnen het domein van de bekkenfysiotherapeut liggen, wordt de vrouw verwezen naar de huisarts of gynaecoloog.

ders en Informatie in relatie tot het Post Partum Consult i beschikbaar op de NVFB-consumentenwebsite:

- Informatiefolder Bekken (Bodem) Check
- Bekkenfysiotherapie
- Zwangerschap en bevallen; hoe is het nu met je bekkenbodem?
- Bekkenbodem en buikspieroefeningen na de zwangerschap
- Tijdlĳn voor herstel van het bekken en de bekkenbodem na de bevalling

er informatie?

Wilt u meer weten over bekkenfysiotherapie of zoekt u een geregistreerde bekkenfysiotherapeut bij u in de buurt? Kijk op www.bekkenfysiotherapie.nl

lere relevante informatie beschikbaar op de NVFB- sumentenwebsite www.bekkenfysiotherapie.nl:

- Urineverlies
- Ontlastingsverlies
- Toilettadviezen
- Obstipatie
- Verzakking
- Seksuele klachten
- Zwangerschapsgerelateerde bekkenpijn

Correspondentieadres NVFB

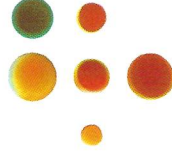
A Postbus 248
3800 EA Amersfoort
T 033 467 29 00
W www.nvfb.nl
E info@nvfb.nl



Nederlandse Vereniging
voor Bekkenfysiotherapie
Aangesloten bij IHWF



Bekken(bodem)check
Kijk op: www.bekkenbodemcheck.nl



NVFB
Aangesloten bij KNGF

Folder voor verwijzer



Post Partum Consult Bekkenfysiotherapie

leiding

Minder dan de helft van de vrouwen zoekt hulp bij klachten die gerelateerd zijn aan een bekken(bodem) disfunctie. Vrouwen met risico op bekken(bodem) disfuncties krijgen in de huidige peripartumzorg nog geen geïndiceerde preventieve adviezen en therapie. Om deze zorg te verbeteren en ten behoeve van de preventie en reductie van bekken(bodem) klachten zijn door de Nederlandse Vereniging voor Bekkenfysiotherapie (NVFB) de postpartum Screeningsvragenlijst en het Post Partum Consult Bekkenfysiotherapie ontwikkeld. Deze folder geeft uitleg over de inhoud van de Screeningslijst, de mogelijke adviezen en een beschrijving van het Post Partum Consult Bekkenfysiotherapie. Om een grotere groep vrouwen duidelijk te kunnen maken wat de vragenlijst en het consult inhouden zullen ze voor de postpartum vrouw bekend worden onder de naam **de Bekken (Bodem) Check**.

Wie is de Postpartum Screeningslijst?

Voor vrouwen in de periode tussen 6 weken en 9 maanden na de bevalling.

Wie is de Postpartum Screeningslijst niet?

Voor vrouwen die direct na de bevalling of binnen 6 weken ernstige klachten ervaren in de bekken(bodem) regio of vrouwen met een totaalruptuur als gevolg van de bevalling. Dan zou, conform de richtlijn Totaalruptuur van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie, de vrouw direct geadviseerd moeten worden een afspraak te maken voor onderzoek en behandeling bij de geregisteerde bekkenfysiotherapeut.

Wat houdt de Postpartum Screeningslijst in?

De online Postpartum Screeningslijst brengt de aanwezigheid van klachten en prognostische factoren in kaart bij de postpartum vrouw. De Postpartum Screeningslijst focust op vijf aandachtigebieden: urine-incontinentie, anale incontinentie, prolapsklachten, pijnklachten rond het bekken / de bekkenbodemregio en de daarmee samenhangende beperkingen in het dagelijks leven.

De vragen naar mogelijke prognostische factoren zijn gebaseerd op twee recente systematische reviews (Hage et al 2020 en Wiezer et al. 2020) naar de prognostische factoren voor urine-incontinentie, anale incontinentie, prolaps en bekkenpijn bij postpartum vrouwen.

De Postpartum Screeningslijst lijst is beschikbaar via de consumentenwebsite van de NVFB www.bekkenfysiotherapie.nl en via www.bekkenbodemcheck.nl en wordt door de vrouw zelf ingevuld. De verloskundige, gynaecoloog of huisarts kan de postpartum vrouw op deze lijst attenderen.

Uit de score van de Postpartum Screeningslijst volgt een gericht advies (zie flowchart):

- **Universele preventie (groen):** De vrouw zonder klachten of met laag risico op bekken(bodem)klachten krijgt via de website informatiefolders aangeboden met tips en adviezen en behoeft geen verdere begeleiding. Als de vrouw hierna nog vragen heeft kan ze een afspraak maken voor een Post Partum Consult bij een geregistreerd bekkenfysiotherapeut.
- **Selectieve preventie (oranje):** De vrouw met een verhoogd risico op bekken(bodem)klachten krijgt het advies om een afspraak te maken voor een Bekken (Bodem) Check (het Post Partum Consult) bij een geregistreerd bekkenfysiotherapeut.
- **Zorggerelateerde preventie (rood):** De vrouw met klachten in de bekken(bodem)regio krijgt het advies een geregistreerd bekkenfysiotherapeut te consulteren voor onderzoek en behandeling.

Wat is het doel van het Post Partum Consult?

Middels het Post Partum Consult is het binnen één consult mogelijk om postpartum vrouwen die een verhoogd risico lopen op bekken(bodem)klachten gericht te onderzoeken op disfuncties van de bekkenbodem en/of het bekken. De geregistreerd bekkenfysiotherapeut kan de vrouw informeren over wat ze bij een verhoogd risico kan doen om klachten op een latere leeftijd te voorkomen of de kans hierop te verminderen. Daarnaast hebben asymptomatische vrouwen de gelegenheid om vragen te stellen over het opbouwen van de functie van het bekken of bekkenbodem, over oefeningen, sport- en werkhervatting. De bekkenfysiotherapeut kan dit doen met behulp van leefstijladviezen, toiletadviezen, uitleg over de tijdlijn van herstel van de bekken(bodem) na de bevalling, trainingsinformatie en bekken(bodem)oefeningen.

Wat is de inhoud van het Post Partum Consult?

Het Post Partum Consult heeft als doel het inventariseren van de functie in relatie tot de aanwezige prognostisch factoren en het beantwoorden van aanwezige hulpvragen.

Dit wordt gedaan met behulp van:

1. aanvullende anamnese op de informatie die via de screeninglijst is verkregen
2. lichamelijk onderzoek van de
 - bekkenregio
 - bekkenbodemspieren (vaginaal en/of anaal, inwendig indien geïndiceerd)
 - indien geïndiceerd aanvullend onderzoek, bijvoorbeeld POP-Q

Wat is de uitkomst van het Post Partum Consult?

- Na afloop van het consult worden de resultaten en bevindingen besproken en zijn er de volgende mogelijkheden:
- De hulp/adviesvraag is beantwoord; de vrouw krijgt informatiefolders mee met tips en adviezen en behoeft geen verdere begeleiding.