

## Kinderbekkenfysiotherapeut

**Digna Pagé,**

Geregistreerd kinderfysiotherapeut,  
en kinderbekkenfysiotherapeut.



Wanneer u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stelt u deze dan gerust.

[d.page@kinderfysiomiddelburg.nl](mailto:d.page@kinderfysiomiddelburg.nl)

### Contact

U kunt zich aanmelden via [www.kinderfysiomiddelburg.nl](http://www.kinderfysiomiddelburg.nl) of telefonisch.

Johan van Reigersbergstraat 2  
4336 XA Middelburg  
Telefoon: 0118-640399  
E: [info@kinderfysiomiddelburg.nl](mailto:info@kinderfysiomiddelburg.nl)  
I: [www.kinderfysiomiddelburg.nl](http://www.kinderfysiomiddelburg.nl)  
F: [www.facebook.com/KinderFysioErgoMburg](https://www.facebook.com/KinderFysioErgoMburg)



## Kinderfysiotherapie Kinderergotherapie Middelburg



vanuit de kracht van Ontwikkeling

Certificaat  
Praktijk met Zorg

## Kinderfysiotherapie

bij bekkenbodempromatiek

Folder voor ouders en verzorgers

### Kinderbekkenfysiotherapie

Zindelijk worden gaat meestal vanzelf. De meeste kinderen worden zindelijk tussen twee en vier jaar. Om zindelijk te worden moeten kinderen dit echter wel begrijpen, willen en kunnen. Ze moeten kunnen voelen of ze een plas of poep moeten doen en begrijpen waarvoor een toilet of potje dient. In principe wordt een kind (meestal) eerst zindelijk voor ontlasting en daarna voor het plassen.

Soms lukt het niet zo goed en hebben kinderen ouder dan vijf jaar nog regelmatig een "ongelukje". Ook een buikoperatie, een aangeboren afwijking of een traumatische ervaring kunnen problemen opleveren bij het plassen en poepen.

Kinderbekkenfysiotherapie is een specialisatie binnen de fysiotherapie waarbij een kinderfysiotherapeut of bekkenfysiotherapeut zich heeft gespecialiseerd in de behandeling van kinderen met plas- en/of poepproblemen.

De kinderbekkenfysiotherapeut gaat samen met u en uw kind onderzoeken of dit probleem opgelost kan worden.



## Behandeling

Kinderbekkenfysiotherapie bij kinderen met plas- en poepproblemen kan bestaan uit:

- Uitleg aan u over de klachten: Wat is er aan de hand en hoe is het ontstaan?
- Uitleg aan uw kind over plassen en poepen en wat zijn/ haar probleem is. De therapeut maakt hierbij gebruik van kindvriendelijke plaatjes en boeken.
- Het invullen van een plas-en of poepdagboek.
- Uitleg aan u en uw kind over het juiste toiletgedrag en de juiste toilethouding.
- Adviezen over eten, drinken en bewegen.
- Oefeningen om de bekkenbodemspieren te leren aanspannen en ontspannen.
- Oefeningen om op de juiste manier te leren plassen en poepen.
- Ademhalings- en ontspanningsoefeningen.

## Thuis

Het is belangrijk om thuis met uw kind de oefeningen te doen die u samen bij de therapeut geleerd heeft.

Het vraagt een goede motivatie en doorzettingsvermogen van het kind, maar ook de medewerking van u als ouder.

Hoe lang het traject van behandeling duurt, is afhankelijk van de aard en de ernst van de klacht en hoe lang de klacht al bestaat.

Van de therapeut krijgt u (voorlees) boekjes, materialen en tips mee om het oefenen zo leuk mogelijk te maken voor uw kind.

## Verwijzing en vergoeding

Er wordt samengewerkt met huisartsen en specialisten; U kunt van hen een verwijzing voor kinderbekkenfysiotherapie krijgen voor uw kind.

Kinder(bekken)fysiotherapie wordt 18 keer vergoed vanuit de basisverzekering. Wilt u weten hoeveel behandelingen u daarnaast vergoed krijgt?

Neem dan contact op met uw zorgverzekeraar.

## Welke problemen kunnen er zijn?

- Plasongelukjes overdag;
- Bedplassen;
- Erg vaak moeten plassen;
- Blaasontstekingen;
- Poepongelukjes overdag;
- Angst om te plassen of te poepen;
- Obstipatie (verstopping);
- Diarree;
- Buikpijn, verminderde eetlust, lusteloosheid.

## Intake en onderzoek

**Vooraf** of tijdens de eerste intake krijgt u vragenlijsten over de eet-, drink-, poep- en plasp gewoonten van uw kind. Hieruit kan de kinderbekkenfysiotherapeut al veel informatie halen over de problemen van uw kind.

Voor de intake en het onderzoek worden meestal 2-3 afspraken gemaakt.

**De eerste keer** dat u samen met uw kind bij de therapeut komt, vindt er een kennismakingsgesprek plaats. De therapeut zal de hulpvraag van uw kind in kaart brengen en u en uw kind ter aanvulling op de vragenlijsten vragen stellen over eten, drinken, poepen, plassen en bewegen.

Er wordt een lichamenlijk onderzoek gedaan, waarbij gekeken wordt naar de motoriek van uw kind. De therapeut kijkt zo hoe uw kind zich beweegt om te kunnen inschatten of uw kind zijn/haar bekkenbodemspieren goed kan aan- en ontspannen.

**Bij de 2<sup>de</sup> afspraak** zal de kinderbekken- fysiotherapeut ook een onderzoek doen naar de bekkenbodemspieren. Deze spieren zijn erg belangrijk bij het plassen en poepen. Ze moeten kunnen aanspannen bij het ophouden van de ontlasting en kunnen ontspannen bij het gaan plassen en poepen.

Als het goed is zijn deze spieren ontspannen.

Kinderen met plas- en poepproblemen spannen de bekkenbodemspieren meestal te hard aan en moeten leren deze spieren te ontspannen.

**Na het onderzoek** gaat de therapeut beoordelen of zij uw kind kan behandelen en wordt er samen met u en uw kind een behandelplan opgesteld. Ook wordt met u besproken of het nodig is om een andere deskundige, zoals een huisarts of specialist in te schakelen. Soms kan dat zinvol zijn.