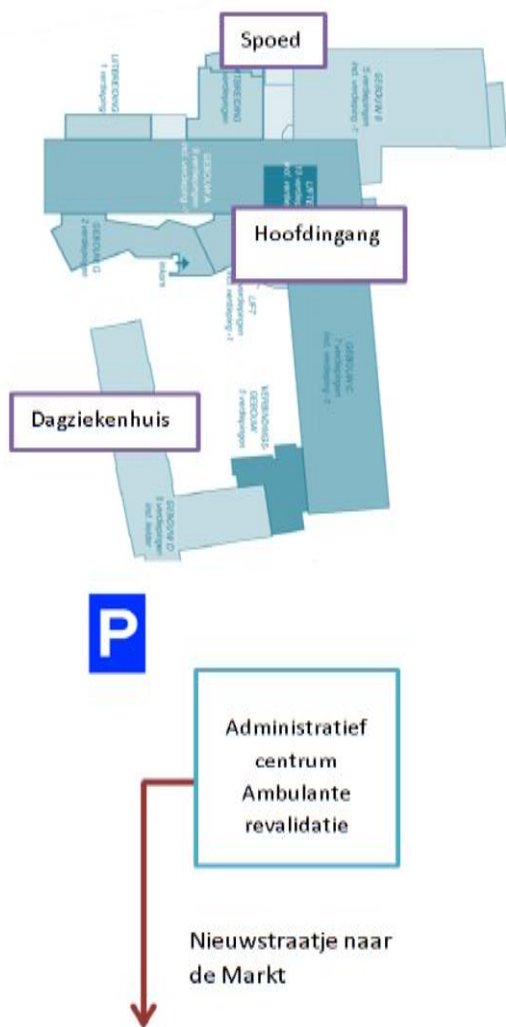


WAAR

De pelvische revalidatie vindt plaats in de kinezaal op de gelijkvloers van het administratief centrum van AZ Oudenaarde.



Voor meer info raadpleeg:

Evelyne Geldof

kinesitherapeute

T 055 33 67 41

Gynaecologen

Dr. M.c. Dallequin - Dr. G. Ghesquiere

Dr. P. Van Baelen - Dr. A. Oliveira

Urologen

Dr. G. Truijen

Fysiotherapeuten

Dr. K. Vande Putte - Dr. S. Vanelstraete

AZO/KIN/328
V1.0

AZ OUDENAARDE
VZW



AZ OUDENAARDE VZW

Minderbroedersstraat 3 | 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 | Fax 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be

PELVISCHE REVALIDATIE

Bekkenbodembrëeducatie

- Patiëntinformatie -

AZ OUDENAARDE
VZW



| WWW.AZOUDENAARDE.BE |

WAT IS BEKKENBODEM-REËDUCATIE?

De *bekkenbodembreëductie* is een speciale vorm van gymnastiek die ontwikkeld is om de spieren van de bekkenbodem te versterken of te relaxeren.

Een behandeling wordt opgebouwd uit verschillende delen:

- Bekkenbodemspieroefeningen
 - Basisoefeningen
 - Analytische oefeningen (ontleden van de oefening)
 - Coördinatie-oefeningen (oefeningen in samenwerking met andere spieren)
 - Functionele oefeningen (oefeningen die je kan toepassen in het dagelijkse leven)

- Elektrostimulatie

Afhankelijk van de aandoening en de kracht van de spieren, wordt er stimulatie gegeven.

- Biofeedback

Op deze manier kan u horen, zien en voelen dat de oefeningen goed aangeleerd worden.

INDICATIES

- urineverlies na een bevalling
- aandrangsincontinentie (urge incontinentie: sterke drang tot urineren met urineverlies)
- stressincontinentie
- urineverlies na prostaatproblemen
- verzakkingen
- seksuele problemen (bv. Vaginisme: opspannen van spieren tijdens geslachtsgemeenschap)
- hypertonische bekkenbodem (relaxatie oefeningen o.w.v. te hoge spanning van de bekkenbodem)

VOORWAARDEN

- motivatie
- zelf oefenen (zelfdiscipline)
- na de sessies onderhouden!

WANNEER

- Maandag en vrijdagmiddag
- Dinsdag en donderdagvoormiddag
- 2x per week
- minimum 9 sessies

HOE

Op voorschrift van de huisarts of arts-specialist (gynaecoloog of uroloog) kan u met het revalidatieprogramma starten.

Het ziekenfonds voorziet voor deze revalidatie een belangrijke financiële tussenkomst.