

## 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 wordt vanuit de basisverzekering volledig vergoed.

## Aanvullende informatie

- [www.kngf.nl](http://www.kngf.nl) (Koninklijk Nederlands genootschap Fysiotherapie)
- [www.nvfb.nl](http://www.nvfb.nl) (Nederlandse Vereniging voor Fysiotherapie bij Bekkenproblematiek)
- [www.nvfk.nl](http://www.nvfk.nl) (Nederlandse Vereniging voor Kinderfysiotherapie)
- [www.urotherapie.nl](http://www.urotherapie.nl)
- [Landelijke werkgroep Kinderbekkenfysiotherapie](#)

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben of wilt u een afspraak maken, dan kunt u contact opnemen met

Elly Schuijt-vd Bosch MSPT - MMT  
**(Kinder)bekkenfysiotherapeut**

## Fysiotherapie Donker, Waal en Hilbers

### Contact:

Locatie Heiloo:  
De Strandwal 20  
1851 VM Heiloo  
T: 072-5331266

Locatie Limmen:  
Zonnedauw 2  
1906 HA Limmen  
T: 072-5053219

Email: [info@fysiodwh.nl](mailto:info@fysiodwh.nl)



**FYSIOTHERAPIE**  
Donker | Waal | Hilbers

## Kinder Bekkenfysiotherapie



Januari 2022

## Wat is kinderbekkenfysiotherapie?

Kinderbekkenfysiotherapie is het specialisme binnen de fysiotherapie, waarbij een kinderfysiotherapeut of bekkenfysiotherapeut zich heeft gespecialiseerd in behandeling van kinderen met plas- en/of ontlastingsproblemen. De kinderbekkenfysiotherapeut (kbf) gaat samen met u en uw kind werken aan dit probleem.

## Informatie voor ouders

### Intake en onderzoek

**Wanneer u bij de kbf komt zal er eerst een gesprek zijn samen met u en uw kind. Hier wordt de hulpvraag geïnventariseerd en krijgt u vragen over het plassen, poepen, toilethouding, het eten en drinken van uw kind en enkele vragen over zijn/haar complete ontwikkeling en functioneren. Deze vragen zijn van belang om duidelijkheid te krijgen over het probleem en om te kunnen beoordelen welke therapie uw kind nodig heeft.**

Na het intakegesprek zal er een lichamelijk onderzoek gedaan worden. Hier wordt gekeken naar de algemene motoriek van uw kind, zoals het lopen, rennen, springen, hinkelen, huppelen etc. Dit is nodig om te zien op welke manier hij/zij beweegt en om een inschatting te maken van zijn/haar mogelijkheden om de bekkenbodemspieren te kunnen aan- en ontspannen. Verder zal er onderzoek zijn gericht op de bekkenbodemspieren.

## Bekkenbodemspieren

De bekkenbodemspieren spelen onder andere een belangrijke rol bij het plassen en poepen. Normaal gesproken zijn deze spieren ontspannen. Zij moeten kunnen aanspannen wanneer er plas of poep opgehouden moet worden en weer volledig kunnen ontspannen wanneer er geplast en gepoept wordt. Bij kinderen met plas- en poepproblemen werken de bekkenbodemspieren vaak te hard en zullen ze vooral moeten leren deze te ontspannen.



## Behandeling

Aan de hand van de intake en het onderzoek wordt beoordeeld of kinderbekkenfysiotherapie zinvol kan zijn. Er wordt samen met u en uw kind een behandelplan gemaakt. De therapie bij kinderen met plas – en/of ontlastingsproblemen kan bestaan uit:

- Uitleg over het ontstaan en de mogelijke oorzaak van de klacht

- Voorlichting: met behulp van leuk en overzichtelijk plaatmateriaal krijgt het kind inzicht in zijn of haar plas / poepprobleem
- Aanleren van juist toiletgedrag / toiletritme / toilethouding
- Algemene adviezen ten aanzien van het drinken en eten
- Oefentherapie gericht op:
  - algemeen lichaamsgevoel en beweging
  - bewustzijn en functie van de bekkenbodemspieren
  - verbeteren van plas- en ontlastingstechniek
  - adequaat reageren op aandrang en het vergroten van blaascapaciteit
  - ontspannen ademhaling
  - ontspanning algemeen

De oefeningen moeten met grote regelmaat herhaald worden om een zo goed mogelijk resultaat te behalen. Ook thuis moet geoefend worden. De therapie vraagt dus veel inzet van u en uw kind. Hoe consequenter en regelmatig er geoefend wordt des te groter is de kans op verbetering / herstel.

Er is een aparte [informatiefolder voor kinderen](#) zodat u uw kind kunt voorbereiden op een bezoek aan de kinderbekkenfysiotherapeut.