

## Verliest u wel eens ontlasting?

Blijf hier niet mee lopen, er is een oplossing voor.

Op ontlastingsverlies rust nog steeds een taboe. Toch komt dit vaker voor dan men denkt.

Met bekkenfysiotherapie kunt u hier iets aan doen.

Bel of mail bij vragen of kijk voor meer informatie op onze site:

[www.bekkenfysiotherapielochem.nl](http://www.bekkenfysiotherapielochem.nl)

### Contact met ons opnemen:

Bekkenfysiotherapie Lochem  
Barchemseweg 18

7241 JD Lochem

T: 0573 820909

E: [info@bekkenfysiotherapielochem.nl](mailto:info@bekkenfysiotherapielochem.nl)

Bezoek ons op internet:  
[www.bekkenfysiotherapielochem.nl](http://www.bekkenfysiotherapielochem.nl)

## Verlies van ontlasting?

Hier hoeft u niet mee te blijven lopen!



 *bekkenfysiotherapie*lochem

Verlies van ontlasting kan voorkomen bij vrouwen en mannen en kent verschillende vormen:

- Verlies van vaste ontlasting;
- Verlies van diarree of dunne ontlasting;
- Overloopdiarree bij (chronische) obstipatie;
- Soiling (verlies van vocht vanuit de anus)

## Ontlastingsverlies

Ontlasting wordt tijdelijk opgeslagen in het laatste deel van de dikke darm en in de endeldarm. Wanneer de endeldarm vol is geeft dit druk op de kringspier en ervaart u aandrang voor ontlasting. Een deel van de kringspier bevindt zich in de bekkenbodem en zijn belangrijk bij het ophouden van de ontlasting. Bij verlies van ontlasting kunnen deze bekkenbodemspieren een grote rol spelen.

### Oorzaak:

Dit kan onder andere veroorzaakt worden door:  
Beschadiging en/of verslapping van de bekkenbodemspieren door bijv. bevalling of operatie of ouder worden.

## Contact met ons opnemen:

Bekkenfysiotherapie Lochem  
Barchemseweg 18  
7241 JD Lochem  
T: 0573 820909  
E: [info@bekkenfysiotherapie Lochem.nl](mailto:info@bekkenfysiotherapie Lochem.nl)

Bezoek ons op internet:  
[www.bekkenfysiotherapie Lochem.nl](http://www.bekkenfysiotherapie Lochem.nl)

## Wat doet de bekkenfysiotherapeut?

De bekkenfysiotherapeut kan u leren om de spieren rondom de kringspier en in de bekkenbodem bewust te gebruiken. Het gebruiken van deze spieren is niet altijd gemakkelijk. Middels een specifiek oefenprogramma kan de bekkenfysiotherapeut u hierbij adviseren en begeleiden.

### Hoe gaan we te werk:

Bij het eerste bezoek vragen wij u eerst om te vertellen welke klachten u heeft. Hierbij zullen er vragen over alle functies in het bekkengebied worden gesteld, om op deze manier een compleet beeld te verkrijgen over uw klacht. Hier op volgend wordt er een lichamenlijk onderzoek gedaan, waarbij o.a. gelet wordt op houding, ademhaling en de bewegelijkheid/stabiliteit van de rug en het bekken. Vervolgens wordt er gekeken naar de functie van uw bekkenbodemspieren.

Na het onderzoek zal er een persoonlijk behandelplan worden opgesteld.



## Vergoeding

Bekkenfysiotherapie wordt bij een aanvullend verzekeringspakket vergoed. Bij alleen een basisverzekering komen de kosten voor uw eigen rekening.

### De geregistreerde bekkenfysiotherapeut

Een geregistreerde bekkenfysiotherapeut is een fysiotherapeut die zich heeft gespecialiseerd in bekken- en bekkenbodemp Problemen. Tijdens deze 3-jarige master opleiding worden alle aspecten van het bekkengebied uitgebreid behandeld. De bekkenfysiotherapeut heeft hierdoor meer kennis van bekkenbodemp Problemen en is in staat uw klachten specifiek te onderzoeken en te behandelen.

