

Kennis- en Zorgcentrum voor Genderdysforie

Bekkenfysiotherapie bij colpectomie

Voorafgaand aan uw operatie brengt u een bezoek aan een van onze bekkenfysiotherapeuten. Tijdens dit bezoek zullen zij de functie van uw bekkenbodemspieren beoordelen. Goed functionerende bekkenbodemspieren kunnen namelijk bijdragen aan het herstel na uw operatie. Hieronder leggen wij u kort uit wat u tijdens dit bezoek kunt verwachten.

Bekkenbodemspieren

De bekkenbodemspieren vormen samen een spiergroep in het onderste gedeelte van het bekken. Deze spieren hebben invloed op onder ander het plassen, ontlasten en seksuele activiteiten. Daarnaast ondersteunen deze spieren de organen in het bekkengebied en vangen ze buikdruk op bij bijvoorbeeld bij het hoesten. Wanneer u de bekkenbodemspier aanspant kunt u uw plas en ontlasting ophouden. Omgekeerd is het juist noodzakelijk om de spieren te ontspannen tijdens plassen en ontlasten.

Een operatie in het bekkenbodemgebied kan ervoor zorgen dat de spanning en het gevoel in de bekkenbodemspieren verandert. Om het herstel te bevorderen en eventuele plas- en ontlastingsproblemen te voorkomen is het bewust kunnen ontspannen van deze spieren van belang. Soms kan het lastig zijn om ontspanning te voelen. De bekkenfysiotherapeut kan hierbij helpen.

Afspraak bij bekkenfysiotherapeut

Wanneer u een afspraak heeft bij de bekkenfysiotherapeut zal deze eerst uitleg geven over de bekkenbodemspieren. Hierna worden u een aantal vragen gesteld om een goed beeld te krijgen van de functie van uw bekkenbodemspieren. Daarna zal een korte inspectie van het bekkenbodemgebied plaatsvinden. Dat wil zeggen dat de bekkenfysiotherapeut kijkt naar het perineum (huid tussen vagina en anus) en u zal vragen om de bekkenbodemspieren aan te spannen en te ontspannen. Middels de gestelde vragen en inspectie krijgt de bekkenfysiotherapeut een goed beeld van de functie van uw spieren. Indien nodig krijgt u tips en/of oefeningen geven om de bekkenbodem te ontspannen.

U zult in eerste instantie de bekkenfysiotherapeut alleen zien voorafgaand aan de operatie. Mocht u na de operatie problemen hebben die veroorzaakt worden door de bekkenbodemspieren dan zal de gynaecoloog u opnieuw verwijzen voor behandeling. Tussendoor kan u voor vragen wel altijd contact opnemen met een van onze bekkenfysiotherapeuten via het Kennis- en Zorgcentrum Genderdysforie (genderteam-poli@vumc.nl)