

Nazorg door bekkenfysiotherapeut

Inleiding

U heeft een operatie aan uw endeldarm gehad. Mogelijk hebt u ook radiotherapie en/of chemotherapie als voorbehandeling gehad. Het kan zijn dat er tijdens of na deze behandelingen klachten zijn ontstaan. In deze folder leest u welke klachten het meest voorkomen en welke oefeningen kunnen helpen deze klachten te verminderen of te verhelpen.

Bekkenfysiotherapeut

Drie maanden na de operatie aan uw endeldarm krijgt u de tweede zogenaamde 'lastmeter'. Hierop geeft u aan of u de afgelopen week problemen hebt ervaren op lichamelijk, emotioneel, sociaal, praktisch of spiritueel gebied.

U krijgt dan standaard een verwijzing naar de bekkenfysiotherapeut, die gespecialiseerd is in darmoncologie. Zij of hij kan u helpen deze klachten te verminderen of zelfs te verhelpen.

Hieronder leest u wat de meest voorkomende klachten zijn en welke oefening of behandeling verbetering kan geven.

- Pijn kunt u bestrijden met behulp van ademhalings- en ontspanningsoefeningen;
- Wondgenezing kunt u ondersteunen met behulp van rustige oefeningen. Uw bekkenfysiotherapeut zal u uitleggen welke oefeningen dit zijn;
- Pijn bij het zitten kunt u verhelpen met behulp van massage. Uw bekkenfysiotherapeut zal u nog meer tips geven die u thuis kunt toepassen;
- Bij verminderd bekkenbodem-spiergevoel kunt u oefeningen doen ter bewustwording;
- Verhoogde aandrang voor ontlasting kunt u verminderen met behulp van oefeningen voor de bekkenbodem;

- Als u een plasstoornis heeft, kunnen oefeningen voor uw bekkenbodem tot verbetering leiden;
- Seksuele disfunctie kan worden behandeld met behulp van oefeningen voor de bekkenbodem;
- Als u door het litteken of stoma moeite hebt gekregen met uw veranderde lichaam, kunnen massages verbetering brengen.

Verzekering

De behandeling wordt meestal vergoed via een aanvullende verzekering. Dit kunt u bij uw eigen zorgverzekeraar navragen.

Afspraak maken

U kunt een afspraak maken met een geregistreerd bekkenfysiotherapeut in uw omgeving.

Kijk op www.defysiotherapeut.com en zoek met uw postcode bij specialisatie: bekkenfysiotherapie.

Adres

Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

Contact

Algemeen telefoonnummer ziekenhuis: (0182) 50 50 50.

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
april 2024
04.07.124