

Bekkenbodemcentrum / Fysiotherapie

## Onderzoek naar de werking van de bekkenbodemspieren

Myofeedback

### Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2401 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

**U heeft problemen die kunnen komen doordat uw bekkenbodemspieren niet goed werken. Om erachter te komen of dit inderdaad zo is, krijgt u een speciaal onderzoek: myofeedback. Bij dit onderzoek kijken we hoe uw bekkenbodemspieren werken.**

**In het kort:**

- **U heeft problemen, bijvoorbeeld met plassen, poepen of u heeft pijn rond het bekken.**
- **U krijgt een onderzoek naar de werking van de bekkenbodemspieren.**
- **Hiervoor krijgt u een speciaal staafje (= probe) in de vagina of in de anus. Dit staafje meet hoe de bekkenbodem spieren werken.**
- **U kunt het staafje ook gebruiken voor oefeningen.**
- **U moet het staafje zelf kopen. Meestal wordt het vergoed door de zorgverzekering.**

## Hoe gaat het onderzoek?

Myofeedback: myo = spier. Feedback = terugkrijgen, terugzien.

Met dit onderzoek kijken (meten) we of uw bekkenbodemspieren goed werken. U krijgt een speciaal staafje (= probe) in uw vagina of in uw anus. Met dit staafje prikkelen we de spieren. Op een beeldscherm zien we hoe ze werken.

We meten de werking van de spieren op verschillende dieptes en breedtes. Bijvoorbeeld vlak onder de huid, maar ook wat dieper in de anus/vagina. Daar liggen de bekkenbodemspieren.

Als we weten hoe uw spieren werken, zien we ook waar u last van heeft. Dan weten we ook hoe we u kunnen behandelen.

Myofeedback kan een onderzoek zijn, maar ook (onderdeel van) een behandeling.

## Het onderzoek of de behandeling

Tijdens het onderzoek/de behandeling krijgt u een klein staafje in de vagina of anus (zie foto). Met dit staafje wordt uw bekkenbodem op een beeldscherm getoond. Via het beeldscherm ziet u de bekkenbodemspieren in rust. Ook ziet u de kracht en de snelheid waarmee u de bekkenbodemspieren aan- en ontspant.



## Waar heeft u last van?

Dit onderzoek kan gebruikt worden bij bijvoorbeeld de volgende klachten:

- als u plas verliest bij bijvoorbeeld hoesten, bukken, tillen;
- bij het niet kunnen ophouden van de plas als u moet plassen;
- als u poep verliest terwijl u niet op de wc zit;
- als het niet lukt om te poepen (de poep komt er niet uit);
- als u heel vaak moeten plassen;
- bij pijn aan het stuitje;

- verzakking van de blaas, baarmoeder of darm;
- pijn in en rond het bekken;
- pijn bij seks;
- scheurtje of zweertje in de anus (= poepgat).

## Waarom doen we dit onderzoek/deze behandeling?

Er zijn verschillende redenen om het onderzoek op deze manier te doen:

- U ziet op het beeldscherm wat u met de spieren doet. Als u een spier aanspant, weet u welk gevoel daarbij hoort. Hierdoor kunt u beter oefenen. Ook weet de bekken-fysiotherapeut dan precies welke oefeningen u moet doen.
- Normaal is het moeilijk te voelen of een spier ontspannen is. Op het scherm kunt u zien wanneer uw spier ontspannen is. Dan weet u hoe dat voelt.
- U oefent en verbetert hiermee het persen.
- Zo zien de bekken-fysiotherapeuten of de spierkracht en de beweging van de spieren beter wordt.

Myofeedback heeft geen bijwerkingen en doet geen pijn.

## Elektrostimulatie

Als u de bekkenbodemspieren niet goed kunt aanspannen, kunnen we elektrostimulatie gebruiken. Hierbij gaat ook een probe in de vagina of anus. Deze probe geeft elektrische prikkels. De prikkels zijn zwak en doen geen pijn.

U leert hiermee uw bekkenbodemspieren beter te voelen, te herkennen en te gebruiken. Hierdoor doet u oefeningen waarschijnlijk beter. Ook leert u de bekkenbodemspieren aan te spannen op de goede manier.

Elektrostimulatie wordt ook gebruikt bij pijn in het kleine bekken.

En het wordt gebruikt om de blaas of de endeldarm te kalmeren. Bijvoorbeeld als u klachten heeft bij het moeten plassen of poepen.

Elektrostimulatie geeft een prikkelend gevoel. Dit kan raar aanvoelen, maar het doet geen pijn.

Er zijn geen bijwerkingen als u elektrostimulatie gebruikt.

## Belangrijk

- U krijgt uw eigen probe. Dit is vanwege de hygiëne.
- Uw behandelend bekken-fysiotherapeute schrijft u de probe voor. U kunt deze kopen bij de apotheek van Alrijne in Leiden.
- U moet de probe zelf betalen. Vraag uw ziektekostenverzekeraar of uw verzekering de probe vergoedt.
- U gebruikt de probe alleen tijdens de behandelingen in het ziekenhuis. Neem hem dus mee bij elke afspraak bij de bekken-fysiotherapeut. De probe is niet geschikt om thuis mee te oefenen.
- U kunt de probe meer keren gebruiken. U maakt de probe makkelijk schoon met water en alcohol.

## Tot slot

Wat neemt u mee?

- uw (geldige) identiteitsbewijs (paspoort, ID-kaart, rijbewijs);
- uw medicatie-overzicht. Dat is een lijst met de medicijnen die u nu gebruikt. U haalt deze lijst bij uw apotheek.

Heeft u een andere zorgverzekering of een andere huisarts? Of bent u verhuisd? Geef dit dan door. Dat kan bij de registratiebalie in de hal van het ziekenhuis.

Zorgt u ervoor dat u op tijd bent voor uw afspraak? Kunt u onverwacht niet komen? Geeft u dit dan zo snel mogelijk aan ons door. Dan maken we een nieuwe afspraak met u.

## Vragen?

Heeft u nog vragen? Belt u dan met de afdeling Fysiotherapie, bereikbaar tussen 08.30 - 12.00 uur en 13.30 - 16.30 uur via telefoonnummer 071 517 8040.