

Informatie over inwendig onderzoek – informatiefolder patiënt

Waarom een inwendig onderzoek

De bekkenbodemspieren zijn voor veel mensen onbekende spieren: u kunt ze niet zien en niet iedereen is in staat deze spieren bewust te gebruiken. De bekkenbodem ligt onder in het bekken en is moeilijk vanaf de buitenkant te voelen. De bekkenbodem bestaat uit spieren die u bewust kunt aan- en ontspannen, net zoals bij de beenspieren. Het aan- en ontspannen van de beenspieren gaat heel makkelijk: u kunt het zien en goed voelen. Het aan- en ontspannen van de bekkenbodemspieren is ingewikkelder.

Als bekkenfysiotherapeut kan ik met een inwendig onderzoek de bekkenbodemspieren wél voelen. Door inwendig te voelen krijg ik een goede indruk van de spanning en de spierkracht van deze spieren. Tevens krijg ik een goede indruk of u bewust de bekkenbodem kunt aan- en ontspannen. Met de gevonden informatie kan ik u gerichte oefeningen voor de bekkenbodem geven. Ook kan ik met dit onderzoek nagaan hoe uw bekkenbodem reageert wanneer er meer druk op de bekkenbodem komt bv. tijdens hoesten. Dit geeft mij informatie en inzicht in hoe de bekkenbodem zal functioneren tijdens niezen, lachen, tillen, hardlopen of vrijen.

Toestemming

Als bekkenfysiotherapeut heb ik uw toestemming nodig om inwendig onderzoek te mogen uitvoeren. Dit is wettelijk verplicht. Deze toestemming wordt door u mondeling gegeven en door mij genoteerd in uw status.

Het onderzoek vindt plaats in een behandelkamer. In principe doe ik voor dit onderzoek de deur op slot, tenzij u dat niet wilt. Mocht u het inwendig onderzoek even willen onderbreken of helemaal willen stoppen, geef dit dan aan, dan stop ik uiteraard direct.

Het onderzoek mag nooit pijnlijk zijn. Als u pijn voelt tijdens het inwendig onderzoek: vertel het mij. En mocht u zich tijdens het onderzoek om een andere reden niet prettig voelen: maak dit dan kenbaar aan mij. In overleg met u zal ik dan zoeken naar mogelijkheden om het onderzoek voor u prettiger te laten verlopen. Indien u nare ervaringen heeft of heeft gehad in het bekkenbodemgebied, dan kan een inwendig onderzoek een vervelend idee zijn. Het is goed om dit te melden aan mij.

U wordt in de gelegenheid gesteld om een week na te denken over het uitvoeren van dit onderzoek bij u. De volgende keer dat u bij mij komt, kunt u aangeven of u een inwendig onderzoek wilt ondergaan of niet.

Alternatieven voor het inwendig onderzoek

Soms is inwendig onderzoek niet mogelijk (menstruatie, zwangerschap) of u ziet van dit onderzoek af.

Als alternatief kan ik u dan onderzoeken met uw onderbroek aan. Met uw onderbroek aan kan ik enigszins een indruk krijgen wat er gebeurt in het bekkenbodemgebied. Eventueel kan ik, met uw goedkeuring, mijn hand leggen op het bekkenbodemgebied, waardoor ik de aan- en ontspanning van de bekkenbodemspieren beter kan beoordelen. Dan vraag ik u de bekkenbodem aan te spannen en los te laten. Verder vraag ik u te hoesten en te persen. Ook kan de spanning van de buikspieren net boven het schaambeem mij een indruk geven van de aanspanning van uw bekkenbodemspieren.

Waaruit bestaat een inwendig onderzoek?

Graag een badlaken en een gewone handdoek meenemen voor het onderzoek. Het onderzoek gaat makkelijker met een lege blaas. Tijdens menstruatie en zwangerschap wordt geen myofeedback toegepast.

Vaginaal onderzoek

1. Uitwendig

In de behandelkamer doet u de onderbroek uit en gaat u op de behandeltafel liggen. U ligt op uw rug met de knieën gebogen en iets gespreid. De handdoek leg ik over uw onderlichaam.

Eerst kijk ik naar het gebied rondom plasbuis en vagina, hierbij spreid ik de schaamlippen. Ik let onder andere op kleur en littekens. Dit geeft mij informatie over de doorbloeding in het bekkenbodemgebied en eventuele pijn.

Daarna vraag ik u de bekkenbodemspieren aan te spannen en los te laten. Verder vraag ik u te hoesten en te persen. Ik kan dan zien hoe de bekkenbodem beweegt aan de buitenkant en ik vertel aan u wat ik zie. Indien u het wenst, kunt u meekijken met een (hand)spiegel, zodat u zelf kunt zien wat er gebeurt in het bekkenbodemgebied tijdens deze verschillende activiteiten.

2. Inwendig

Na het uitwendig onderzoek zal ik voorzichtig een of twee vingers plaatsen in de vagina om de bekkenbodemspieren inwendig te voelen. Daarbij let ik op de rustspanning van de bekkenbodemspieren, pijnpunten en verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen.

Opnieuw vraag ik u de bekkenbodem aan te spannen, los te laten, te hoesten en te persen. Dit geeft informatie over spierkracht, ontspanning en het uithoudingsvermogen van de bekkenbodemspieren.

De bevindingen van dit onderzoek bespreek ik met u.

Anaal onderzoek

1. Uitwendig

In de behandelkamer doet u de onderbroek uit en gaat u op de behandeltafel liggen. U ligt op uw zijde (het liefst op uw linkerzijde) met gebogen knieën. De handdoek leg ik over uw onderlichaam.

Ik til de (rechter) bil iets omhoog en kijk dan naar het gebied rondom de anus. Hierbij let ik op onder andere kleur en littekens. Dit geeft informatie over de doorbloeding in het bekkenbodemgebied en eventuele pijn.

Daarna vraag ik u de bekkenbodem aan te spannen en los te laten. Verder vraag ik u te hoesten en te persen. Ik kan dan zien hoe de bekkenbodem beweegt aan de buitenkant en ik vertel aan u wat ik zie.

2. Inwendig

Na het uitwendig onderzoek ga ik voorzichtig met een vinger uw anus binnen om de bekkenbodemspieren inwendig te voelen. Daarbij let ik op de rustspanning van de bekkenbodemspieren, pijnpunten en verzakkingen van de darm.

Opnieuw vraag ik u de bekkenbodem aan te spannen en los te laten, te hoesten en te persen. Zo kan ik voelen hoe de bekkenbodem werkt en krijg ik een indruk over de spierkracht, het uithoudingsvermogen en de ontspanning van de bekkenbodemspieren. De bevindingen van dit onderzoek bespreek ik met u.

Vragen?

Voor eventuele vragen kunt u mij telefonisch bereiken op maandag van 8.00u tot 22.00u en op woensdag/donderdag van 8.00 uur tot 17.00 uur op 0297 566 386 of 06 2369 8919. U mag uiteraard ook altijd een e-mail sturen naar info@fysiotherapieamstelhoek.nl, dan bel ik u terug.

Linda van Bemmelen- Pothuizen