

De bekkenfysiotherapeut besteedt vooral aandacht aan de samenwerking tussen de verschillende spiergroepen van de buik, rug, bekkenbodem en ademhaling. Ook zij kijkt naar de stand van het bekken en de rug.

De osteopaat bekijkt naast de gewrichtsstand en de spierfunctie ook het samenspel van alle bindweefselstructuren in de bekkenregio.

Bent u zwanger, of al bevallen en heeft u klachten of vragen, dan kunt u een afspraak maken bij een van bovenstaande specialisaties. Vergoeding door de zorgverzekeraar vindt plaats vanuit uw aanvullende verzekering en bij de ergotherapie vanuit de basisverzekering(denk wel aan het eigen risico) .

Gespecialiseerde Fysiotherapie Van Zuilichem en  
Praktijk Oefentherapie Cesar Mandy van den Bos  
Mgr. Meeuwissenstraat 6  
4751 HK Oud Gastel  
0165-512257  
[www.vanzuilichempartners.nl](http://www.vanzuilichempartners.nl)  
[info@vanzuilichempartners.nl](mailto:info@vanzuilichempartners.nl)



**VAN ZUILICHEM**

Gespecialiseerde Therapeuten

**Zwangerschap gerelateerde  
bekkenklachten.**

Binnen de praktijk voor gespecialiseerde therapeuten van Zuilichem werken we in multidisciplinair verband bij de behandeling van zwangerschap gerelateerde bekkenklachten.

Er zijn in onze praktijk hiervoor de volgende disciplines: Ergotherapie, Cesartherapie, Bekkenterapie, Manuele therapie en Osteopathie . Deze hebben naast een overlap van behandelingsmogelijkheden ieder een eigen invalshoek.

Zowel voor als na de bevalling vinden er veel veranderingen plaats op hormonaal, biomechanisch en psychosociaal gebied.

Bij de intake wordt gekeken wat de klachten zijn en waar de oorzaak ligt dat deze niet onder controle te krijgen zijn. Vooral in een maatschappij waar de prestatiedruk groot is, is er vaak sprake van een verstoorde balans tussen belasting en belastbaarheid. Pijnklachten en vermoeidheid zijn vaak het gevolg. Veel vrouwen hebben niet echt in de gaten hoeveel een zwangerschap eigenlijk vraagt van het lichaam, en ook al is het een natuurlijk proces, het is toch wel iets waar rekening mee gehouden moet worden, wil je toch door kunnen werken tot aan de geplande verlofdatum. Ook na bevalling moet er een nieuw evenwicht gevonden worden.

Alle disciplines besteden hier vanuit hun eigen invalshoek aandacht aan, en indien nodig verwijzen wij ook intern door, zodat u optimale zorg krijgt.

De ergotherapie heeft hiervoor onder meer de activiteitenweger en movemonitor, die voor de client zichtbaar maken of er balans is tussen belasting en belastbaarheid. Ook geven zij adviezen ten aanzien van aanpassingen en hulpmiddelen op het werk en thuis of adviezen ten aanzien van een andere manier van handelingen uitvoeren.

De cesartherapie inventariseert de musculaire balans en oefent vooral de houding en de manier waarop je je spieren gebuikt tijdens dagelijkse bezigheden thuis of op het werk. Door het oefenen van de meest optimale houding en bewegingen maakt de oefentherapeut u meer bewust van hoe u zelf uw pijnklachten kunt verminderen.

Als er gewrichten niet goed samenwerken, kan dit klachten geven en kan het nodig zijn de manueel therapeut in te schakelen. Deze normaliseert de stand van het bekken en de onderrug (uiteraard alleen met veilige milde technieken die absoluut niet schadelijk zijn voor moeder en kind.)zodat de spieren weer de juiste aansturing kunnen geven, zonder klachten te veroorzaken. Ook hier wordt, middels oefeningen, aandacht geschonken aan de juiste spierfunctie en de belasting geïnventariseerd.