

Verlag bijeenkomst 20 februari 2024

Jacques de Roos opent de bijeenkomst en attendeert de bezoekers op de folder van een vierwiel fiets. Met deze fiets is het onmogelijk om te vallen. Zie voor informatie op 4wiel fiets.nl. De winkel bevindt zich in Leiden, Langegracht 63.

Vandaag presenteert Dorien Bennink (geregistreerd Bekkenfysiotherapeut Klinisch epidemioloog MSc en hoofdonderzoeker afdeling Urologie in het LUMC) over blaas- en ontlastingsklachten en legt uit wat een bekkenfysiotherapeut voor de mensen met parkinson kan betekenen



The slide features the Leiden University Medical Center (LUMC) logo at the top left. The main title is 'Blaas en darm problemen bij mensen met de ziekte van Parkinson'. Below the title, a question is posed: 'Heeft Bekkenfysiotherapie u iets te bieden?'. To the right of the text is a photograph of a modern multi-story building, likely the LUMC. At the bottom, the presenter's name 'Dorien Bennink' is listed, along with her credentials: 'Geregistreerd Bekkenfysiotherapeut Klinisch epidemioloog MSc' and 'Department Urology/Pelvic Floor Center'.

Een bekkenfysiotherapeut richt zich op preventie en curatieve zorg binnen het gehele buik-, bekken- en lage rug gebied bij vrouwen, mannen, kinderen en ouderen. En in dit geval speciaal voor mensen met parkinson, omdat deze klachten vaak voorkomen.

De therapeut kan inwendig onderzoek doen met een zogenaamd EMG, een apparaat dat de spierspanning meet. (De bekkenfysiotherapeuten hebben deze onderzoeken op elkaar geoefend, dus ze weten wat cliënten kunnen ervaren). Ervaring leert dat gemiddeld 6 behandelingen nodig zijn. Bij urineverlies worden 9 behandelingen uit de basisverzekering vergoed, als er geen urineverlies is dan kan het uit de aanvullende verzekering.

Dorien legt uit dat het bekken een "stijf" gewricht is, onderin de bekkenbodem van stuitje tot het schaambeentje. De bekkenbodemspier is een soort "hangmatje", een soort "trampoline" die niet te slap maar ook niet te strak moet zijn. Het is de enige spier die samenwerkt met organen.

75% van de mensen met parkinson heeft blaasklachten. Darm- en plasproblemen kunnen vaak met elkaar te maken hebben.

Bij de ziekte van Parkinson is de verwerking door de dikke darm vertraagd en goed drinken is belangrijk voor een goede doorstroom. De consistentie van de ontlasting is belangrijker dan de frequentie van toiletgang.

Dorien laat ook zien dat de houding bij de toiletgang belangrijk is; bij het plassen moet een man rechtop en achterop het toilet zitten. Bij het ontlasten moet men juist met een bollere rug en schouders boven de heup zitten. Mocht het een hoog toilet zijn dan is het goed om een krukje neer te zetten.

Onderzoekers van het Leids Universitair Medisch Centrum doen onderzoek naar blaasklachten bij de ziekte van Parkinson. U kunt meedoen aan dit onderzoek, ga hiervoor naar de website van de Parkinson Vereniging en gebruik de zoekterm "blaasklachten".

Na het beantwoorden van diverse vragen sluit Dorien de presentatie af.

U treft meer informatie aan in de bijlage bij dit verslag en op de websites:

- www.defysiotherapeut.com (voor een geregistreerde bekkenfysiotherapeut)
- www.nvfb.nl
- www.sickandsex.nl
- www.bekkenbodemonline.nl
- App: bekkenbodemonline
- Oefeningen – filmpjes
<https://www.youtube.com/watch?v=-mbcyZO-S0o&list=PL5EYuKA9x9sQH0Ni4dm7yrfZMFVxuFF3H&index=2>

Jacques dankt Dorien Bennink voor de heldere presentatie.