

Blaas en darm problemen bij mensen met de ziekte van Parkinson

Heeft
Bekkenfysiotherapie
u iets te bieden ?

Dorien Bennink

Geregistreerd Bekkenfysiotherapeut Klinisch epidemioloog MSc

Department Urology/Pelvic Floor Center



Vandaag:

Inleiding

Het bekken en de bekkenbodemp

Blaas en darmklachten bij mensen met de ziekte van Parkinson

Wat kun je eraan doen

Onderzoek blaasklachten LUMC

Vragen - kan ook dierct

Geschiedenis

- 1992 eerste cursus Bekkenbodempromblematiek

2004 Register Bekkenfysiotherapie

- 2006 Master Opleiding Bekkenfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie richt zich op

preventie en curatieve zorg

binnen het gehele buik-, bekken-, lage rug
gebied

bij vrouwen mannen kinderen en ouderen



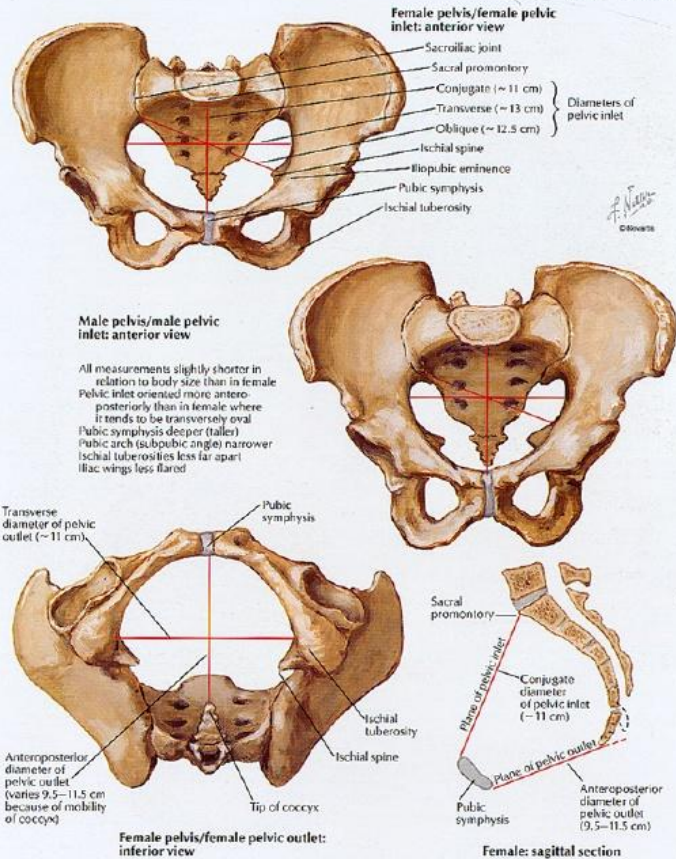
**Nederlandse Vereniging
voor Bekkenfysiotherapie**

Aangesloten bij KNGF

Anatomie Functie

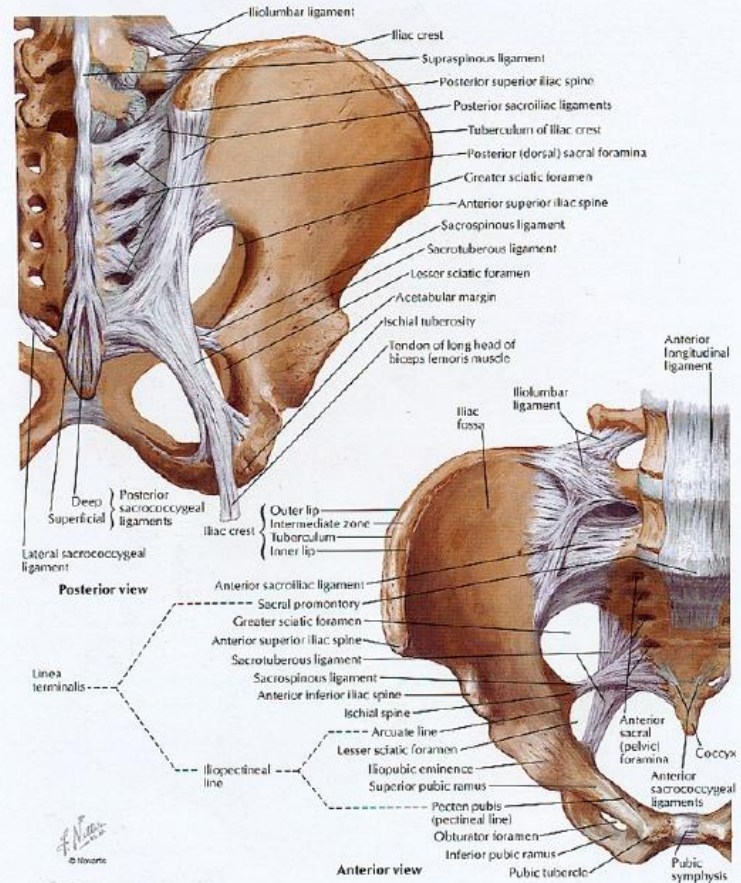
Sex Differences of Pelvis: Measurements

SEE ALSO PLATE 231

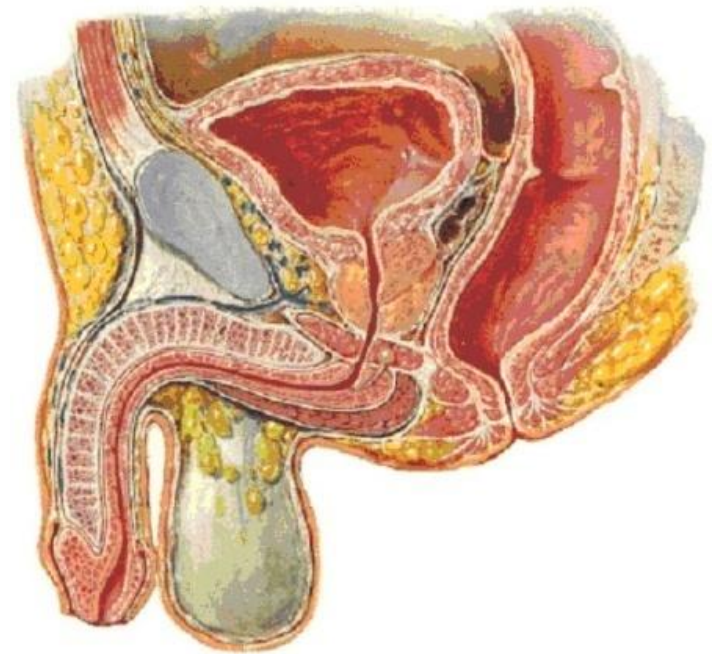
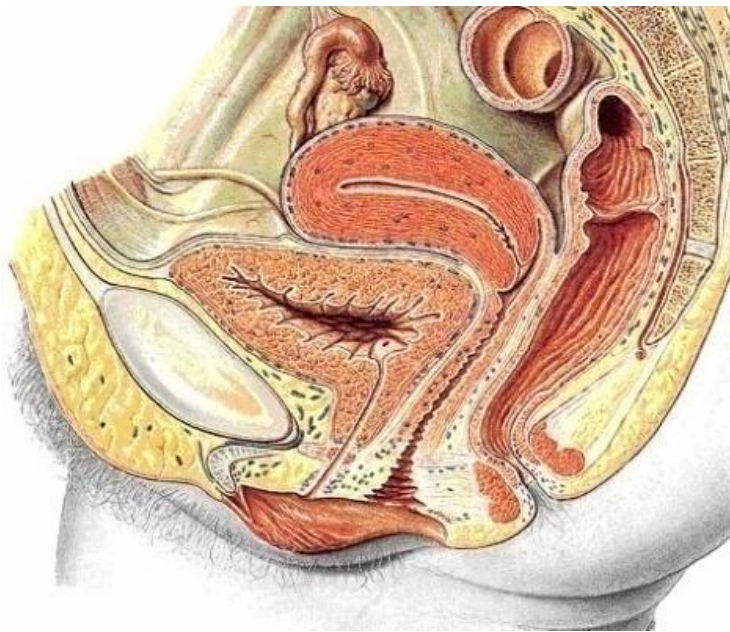


Bones and Ligaments of Pelvis (continued)

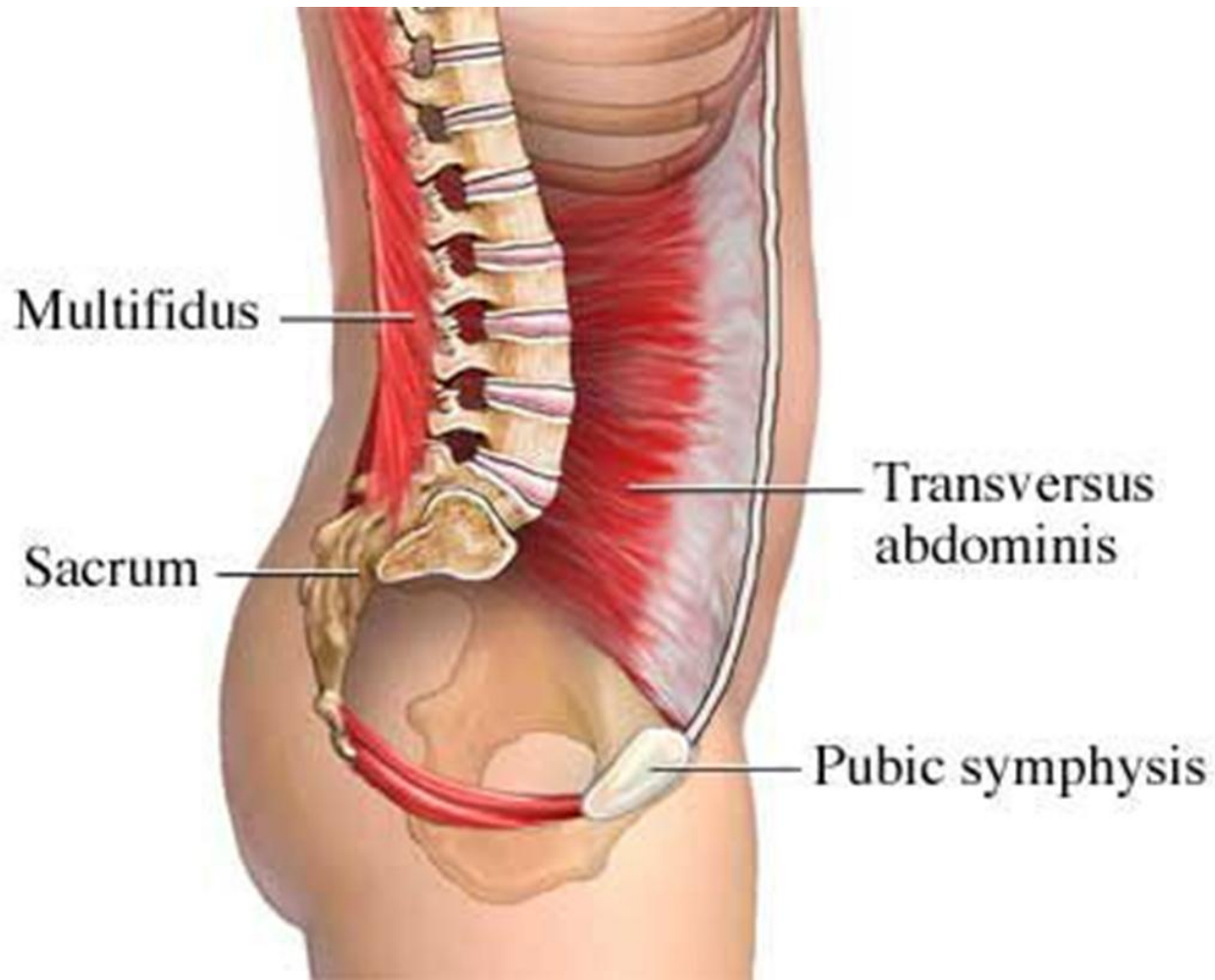
SEE ALSO PLATE 145



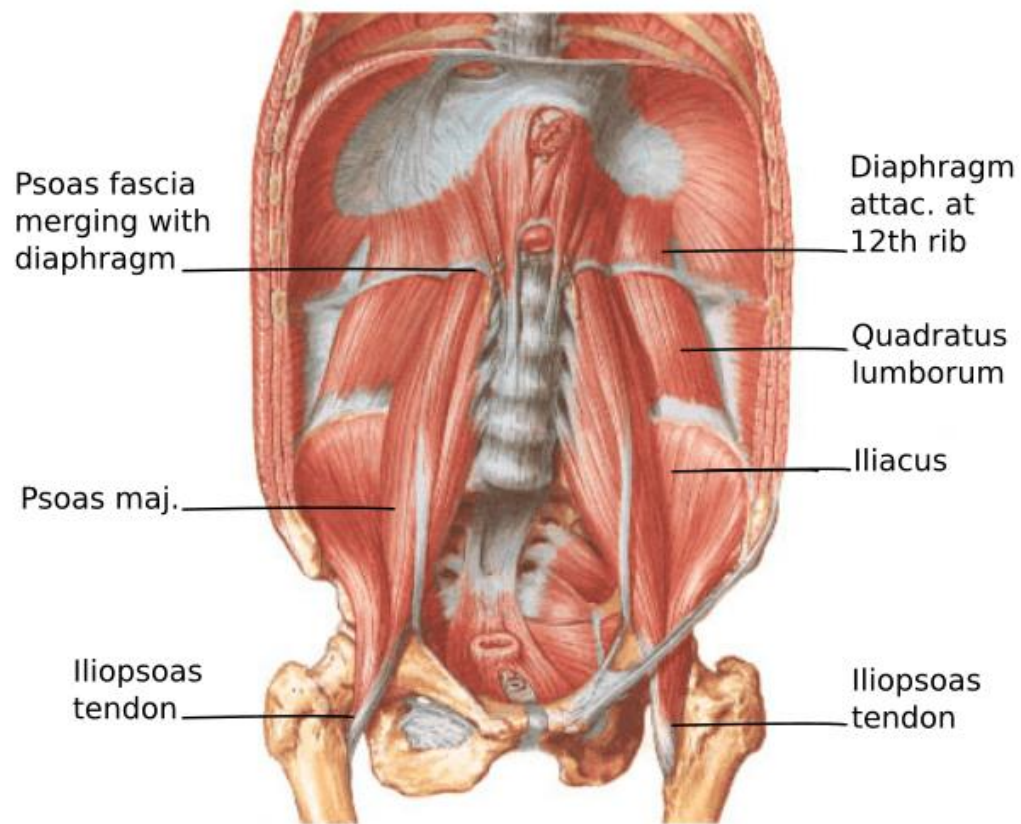
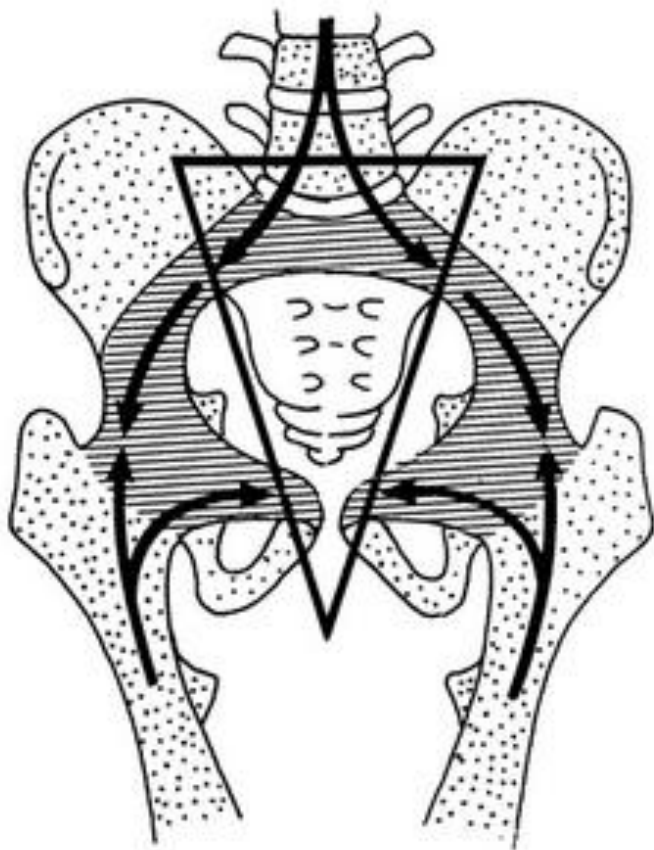
Bekken en bekkenbodem



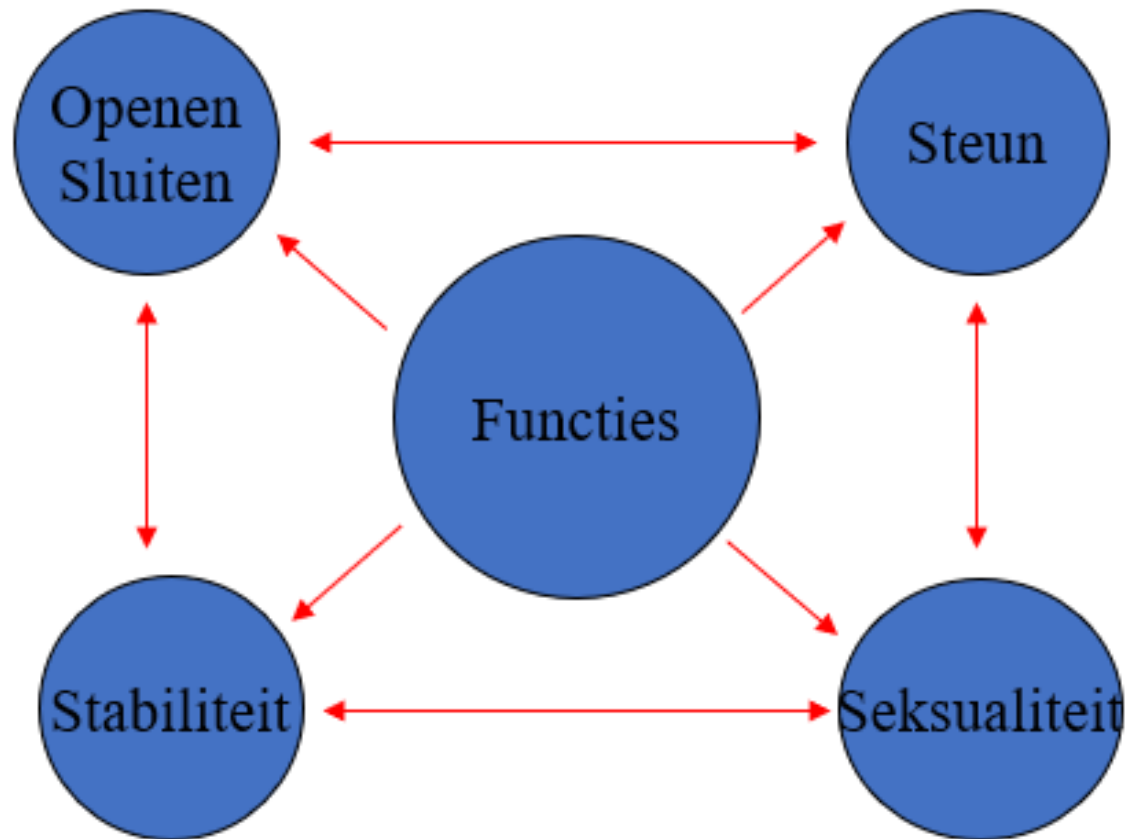
Relatie buikholte



Relatie heup-benen



Funcctie bekkenbodem spieren



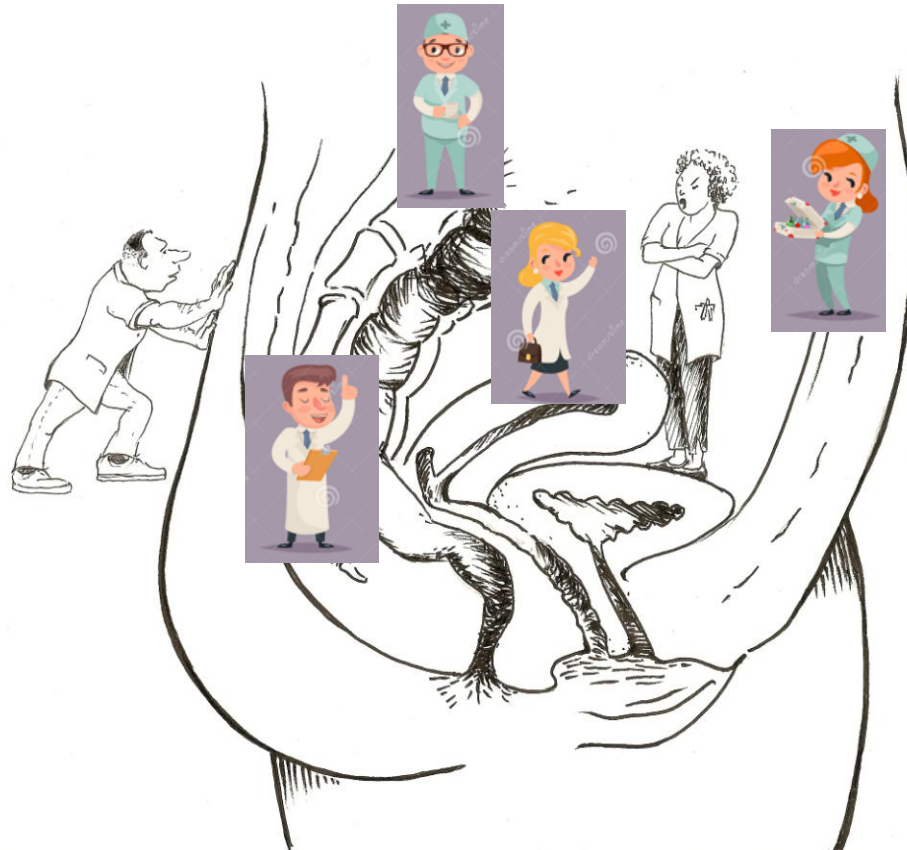
Beweging



Domeinen

Seksuologie
Urologie
Gynaecologie
Gastro-enterologie
Proctologie
Chirurgie
Orthopedie
Revalidatie (arts)

*Bekkenfysiotherapeut
Manueel therapeut
Diëtist
Continentie verpleegkundige*



Relatie tot ziekte van Parkinson

Blaasklachten 75 %

Aandrang klachten 58%

Nachtelijk plassen 50% 2 maal

Aandrang incontinentie 21-40%



Relatie tot ziekte van Parkinson



Obstipatie/ constipatie 50%

< 3 maal per week 50%

Moeizame evacuatie/ persen 50-70%

Bekkenbodemspier

- Enige bewuste spier die met organen samenwerkt
- Maakt geen beweging in een gewricht
- Bewuste spier zonder visuele controle

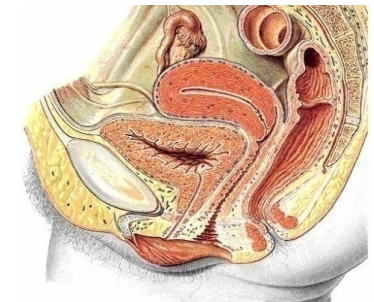
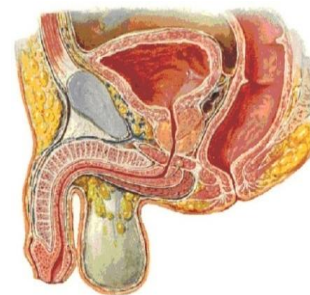
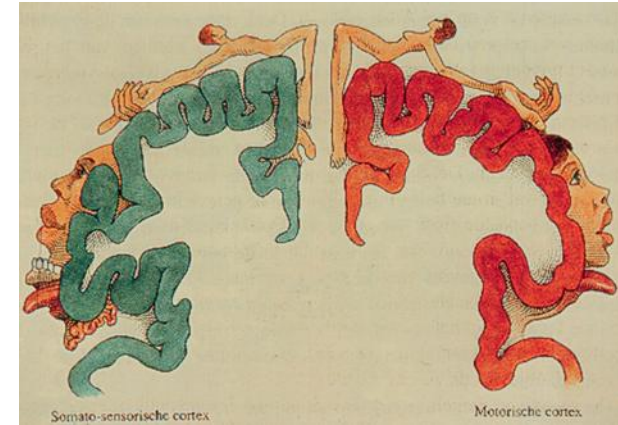


Wat kunt u ?

Wat doen de buik en bilspieren ?

Waar ?

anus , vaginaal, rondplaspbuis , perineum ?



What is the most effective verbal instruction for correctly contracting the pelvic floor muscles? 2018 Noa Ben Ami1

Bewustwording

Voel je een intrekken beweging?

Hoe groot is deze ?

Beweegt de spier terug bij ontspanning ?

Kun je de aanspanning vasthouden, hoelang ?

Kun je snelle kort contracties uitvoeren?



Diagnostiek Bekkenfysiotherapie

Vragen : alle domeinen (blaas – darm – baarmoeder – lage rug/heup)

Bewegings onderzoek Fysiotherapie: lage rug heup buik

Spielen : buik / rug / been : kracht - lengte - stijfheid - coordinatie

Ademhaling

Bekkenbodemspieren : inwendig onderzoek – spiermeting



Mictie – defecatie – dagboek

Onafhankelijk leeftijd

Libido verlies

Bv: Vrouw pijn bij gemeenschap

Bv: Man erecties ↓



www.sickandsex.nl

Plas / ontlasting dagboek

Mictiedagboekje

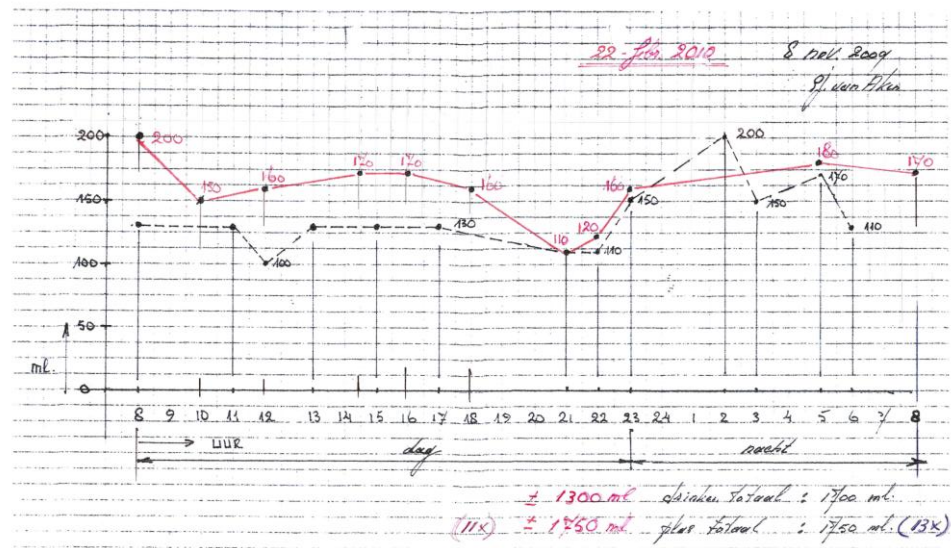
Tijdstip opstaan: 09:30
Tijdstip naar bed gaan: 22:30

Datum: / /

Besantwoord alle vragen iedere keer dat u gaat plassen of dat u urine verliest.
Ook als u binnen één uur meerdere keren naar het toilet moet gaan of meerdere noteren.
Noteer tijdstip van opstaan en het tijdstip van naar bed gaan.
Kopje: 125 ml Glas fles/beker: 250 ml Toetje: 75 ml
Soep/komfort: 200 ml Glaswijn: 150 ml Fruk: 150 ml

Tijdstip	Vochtinnname Hoeveel heeft u gedronken, geploet of andere vloeistof?	Geplaat volume Hoeveel heeft u afgeplaat in ml?	Aandring Had u last van plotselinge aandrang? (0, 1, 2, 3, 4, 5) 0 geen, 1 beetje, 2 matig, 3 veel	Ongewenst Had u last van urineverlies of in andere mate? (0, x, xx, xxx) 0 geen, x druppels of beetje, xx veel	Pad gebruik Ja Nee
00:00 - 01:00 uur		125	xxx		↓
01:00 - 02:00 uur					↓
02:00 - 03:00 uur					
03:00 - 04:00 uur		400	xxx		
04:00 - 05:00 uur					
05:00 - 06:00 uur					
06:00 - 07:00 uur		375	xxx	xx	
07:00 - 08:00 uur	900				
08:00 - 09:00 uur					
09:00 - 10:00 uur	250				
10:00 - 11:00 uur	250	125/300	xxx/xxx	xxx	
11:00 - 12:00 uur		270/175	xxx/xxx		
12:00 - 13:00 uur	500	375	xxx		
13:00 - 14:00 uur		125	xxx		
14:00 - 15:00 uur	250	75	xxx	xxx	
15:00 - 16:00 uur	250				
16:00 - 17:00 uur		225	xxx		
17:00 - 18:00 uur	150			x	
18:00 - 19:00 uur	150	175	xxx		
19:00 - 20:00 uur	200	200	xxx		
20:00 - 21:00 uur	200	275	xxx	xxx	
21:00 - 22:00 uur					
22:00 - 23:00 uur	400	125	xxx	xx	
23:00 - 00:00 uur			xxx		

3500 → 125
3650



Goed plassen goed ontlasten, hoe?

Normale mictie : frequentie ? Volume ?

volume: 250-500ml per plas

30 ml per kg lichaamsgewicht per 24 uur plassen
(max 2,8 lit)



Normale defecatie : frequentie ? Consistentie ?

3 maal per dag tot 1 maal in de 3 dagen
zacht en gebonden

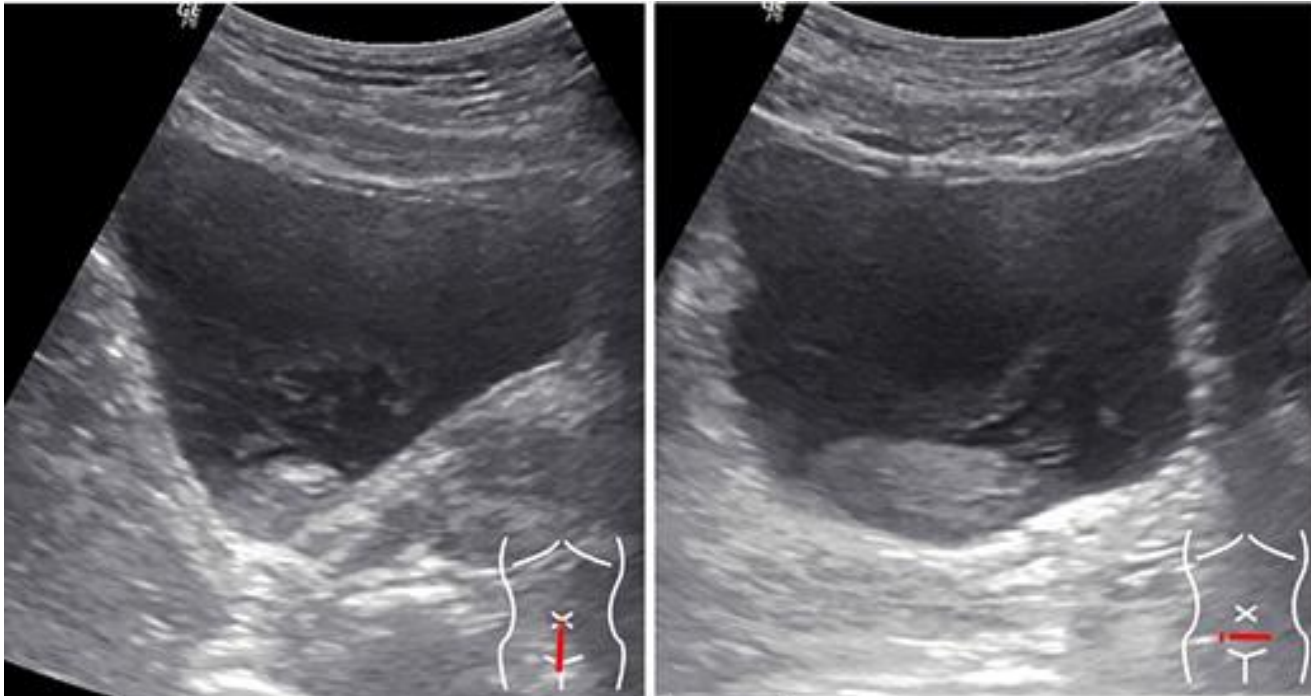
Bristol Stool Chart

Type 1		Losse harde keutels, zoals noten (moeilijk uit te scheiden)
Type 2		Als een worst, maar klonterig
Type 3		Als een worst, maar met barstjes aan de buitenkant
Type 4		Als een worst of slang, glad en zacht
Type 5		Zachte keutels met duidelijke randen (makkelijk uit te scheiden)
Type 6		Zachte stukjes met gehavende randen, een papperige uitscheiding
Type 7		Waterig, geen vaste stukjes. Helemaal vloeibaar

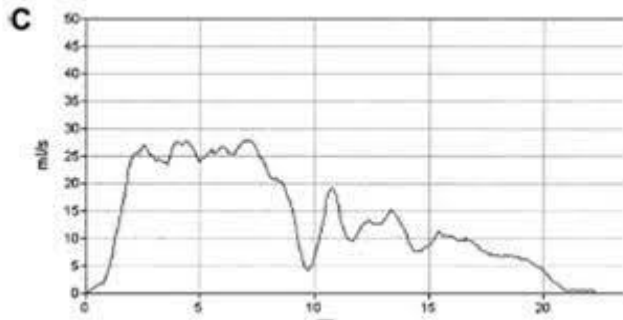
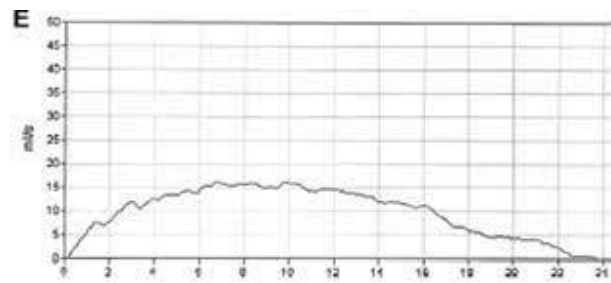
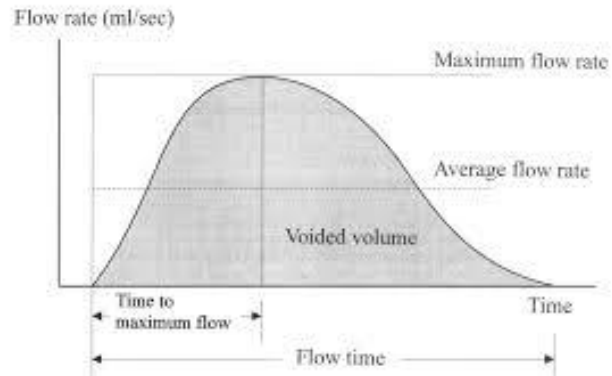
Toiletinstructie



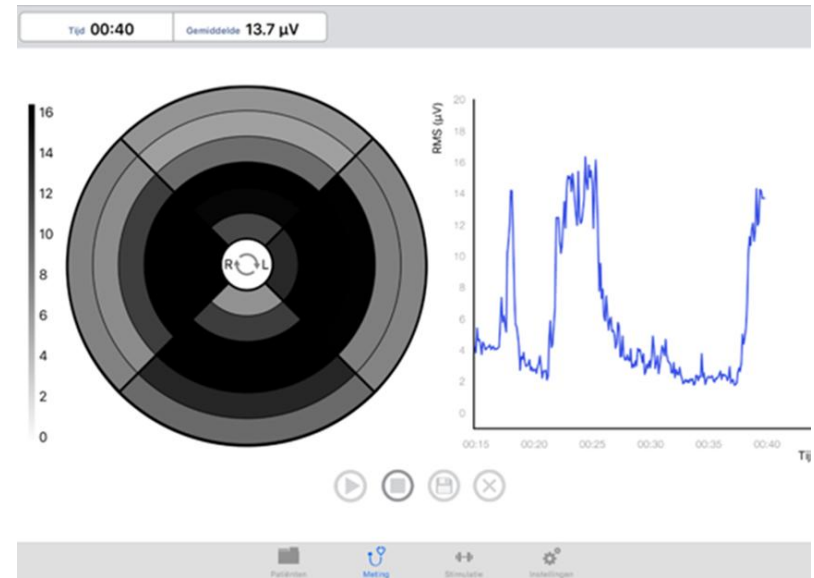
Echo – blaas vulling – beweging bekkenbodem



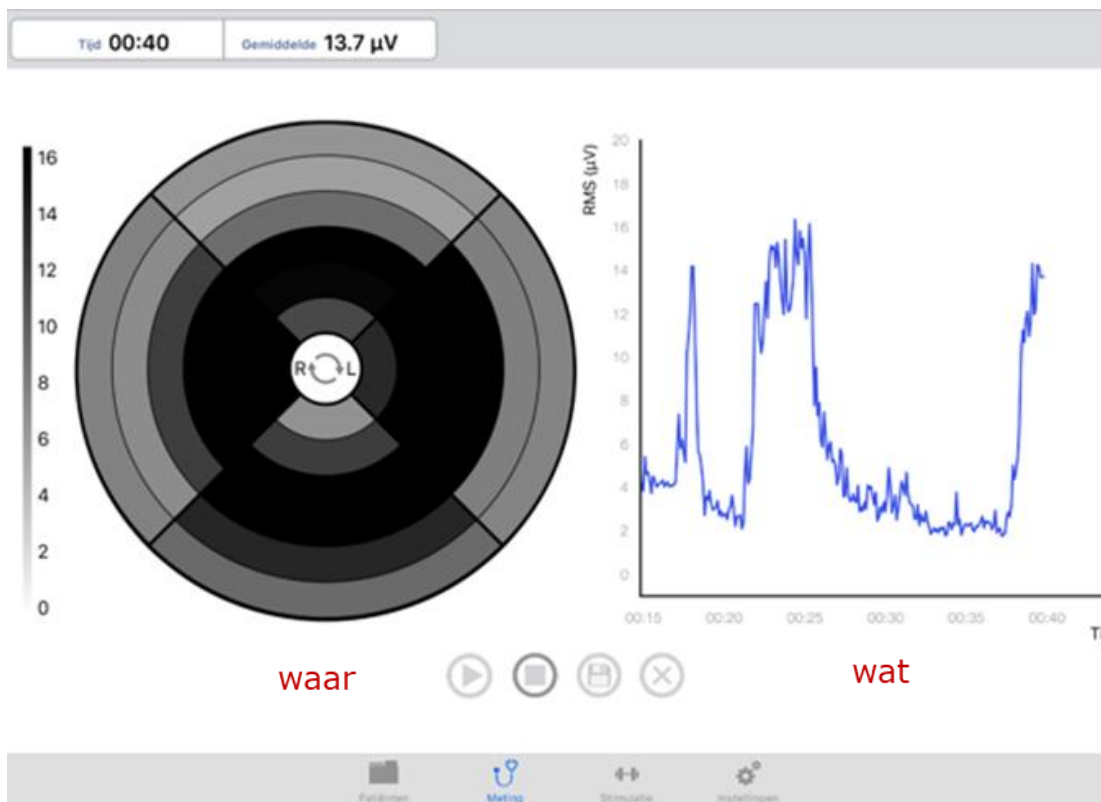
Flowmetrie



Spiermeting: Electromyography EMG



En wat ziet de patiënt?



Therapie

- Gedrag mictie defecatie , buikdruk Uitleg!
- Oefentherapie : bekkenbodemp, Awareness !
“precies”
- Ademhaling – ontspanning
- Feedback :
 - manueel
 - echografie,
 - EMG (bio) feedback



Onderzoek blaasklachten bij mensen met PD: LUMC

Vaak plassen, in de nacht vaak plassen, urine verlies bij aandrang
Mannen en vrouwen



8 behandelingen bekkenfysiotherapie met elektrostimulatie

150 deelnemers in 3 groepen: 3 vormen elektrostimulatie (1 werkt niet)

Effect: minder aandrang, (in de nacht) minder vaak plassen geen urine verlies
sneller/beter met effectieve elektrostimulatie

Dank voor uw aandacht !

Vind een geregistreeerde bekkenfysiotherapeut
www.defysiotherapeut.com

www.nvfb.nl

App: bekkenbodemonline

www.sickandsex.nl

www.bekkenbodem4all.nl

Oefeningen – filmpjes

<https://www.youtube.com/watch?v=-mbcyZO-S0o&list=PL5EYuKA9x9sQH0Ni4dm7yrfZMFVxuFF3H&index=2>

