

Functionele Elektro Stimulatie (FES)

Bij functionele elektro stimulatie worden zenuwvezels in de bekkenbodembodem geprikkeld door middel van stroomstootjes om de bekkenbodembodem beter te laten functioneren. Dit kan aanvoelen als mild prikkelen of zacht kloppen en is niet pijnlijk. Op deze manier leert de bekkenbodembodem als het ware weer hoe hij moet aan- en ontspannen, en daarna kunt u zelf verder trainen.

Indicaties

Functionele elektro stimulatie kan zinvol zijn als u de bekkenbodembodemspieren niet bewust kunt aansturen, als u pijn heeft in het bekkenbodembodemgebied, bij een overactieve blaas of bij verhoogde spanning en/of krachtafname van de bekkenbodembodemspieren.

Elektro stimulatie doet geen pijn. Het is een inwendige behandeling, die alleen met uw toestemming plaatsvindt. Vertel het gerust aan de behandelaar als u zo'n inwendige behandeling moeilijk vindt. U bepaalt zelf of u de behandeling wilt laten doen of niet.

Behandeling met functionele electro stimulatie

Het is aan te raden voor de behandeling met functionele elektro stimulatie even naar het toilet te gaan. Voor de behandeling wordt de onderkleding (broek, rok, onderbroek, schoenen) uitgedaan. De behandeling met een persoonsgebonden vaginale probe vindt plaats in ruglig met opgetrokken knieën. De behandeling met een anale probe vindt plaats in zijlig. Als u ligt wordt het onderlichaam afgedekt met een handdoek.

De bekkenfysiotherapeut geeft van tevoren informatie over wat de behandeling inhoudt en wat u kan verwachten. De behandeling mag niet pijnlijk of vervelend zijn. Ten alle tijde kunt u de behandeling beëindigen.

Voordat de probe ingebracht wordt zal de bekkenfysiotherapeut altijd een inwendig onderzoek doen naar irritaties en/of pijnpunten aan de aan de bekkenbodembodem.

Op de probe wordt gel gedaan om het inbrengen te vergemakkelijken. Zo geleidt de stroom ook beter.

Tijdens de behandeling is het belangrijk dat u duidelijk aangeeft wat er gevoeld wordt.

Wat voelt u

Nadat de probe is ingebracht kunt u eerst rustig ontspannen om te wennen aan de probe. Als u gewend bent aan het gevoel van de probe kan de behandeling beginnen. De bekkenfysiotherapeut zet het apparaat aan en draait de stroom wat op. U moet aangeven wanneer u een eerste gevoel ervaart. De stroom kan een kriebelig of kloppend gevoel geven. Afhankelijk van het doel van de behandeling kan de bekken-fysiotherapeut verder gaan tot u voelt dat de spier aanspannt. U voelt dat het aanspannen wat toeneemt en weer afneemt.

Effect

Bij een groot deel van de patiënten is er een duidelijke verbetering van de klachten te verwachten, bij een belangrijk percentage hiervan verdwijnen de klachten. Het is niet van tevoren aan te geven wat het effect van de behandeling is. Pas na 12 stimulaties is dat duidelijk.

De probe bij functionele electro stimulatie

Een probe is vanuit hygiënisch oogpunt persoonsgebonden. De probe wordt na elk gebruik door de bekkenfysiotherapeut gereinigd.

Mocht u deze thuis gebruiken, dan geeft de bekkenfysiotherapeut een 'protocol probereiniging' mee.

De probe wordt aangeschaft door u en is uw eigendom. Eventuele vergoeding van de probe is afhankelijk van uw zorgverzekering.

Neemt u a.u.b. elke behandeling de probe mee. Ook moet u voor de behandeling een grote en een kleine handdoek meenemen.

Bijwerkingen

De kans op bijwerkingen bij deze behandelingsmethode is minimaal.

Nazorg

U krijgt na de behandelingen een evaluatiegesprek. Indien u tussentijds vragen en/of opmerkingen heeft, dan mag U te allen tijde contact met ons opnemen:

Wilma Bakker
bekkenfysiotherapeut
wilma@fysiotherapie-brouwer.nl
035-6834222