



- ▶ Ana Klokke - Campos
- ▶ Het Kruispunt Vechtstreek
- ▶ MSc Geregistreeerde Bekkenfysiotherapeut
- ▶ Post-HBO Seksuologie Rino

**ROL BEKKENFYSIO BIJ ALLEDAAGSE  
SEKSUELE PROBLEMEN,  
BASISOEFENINGEN EN HULPMIDDELEN**

# DISCLOSURE SHEET BELANGEN SPREKER

**(Potentiële)  
belangenverstrengeling**

**Geen of zie bedrijfsnamen  
hieronder\***

Voor bijeenkomst mogelijke  
relevante relaties met  
bedrijven

Geen

Sponsoring of onderzoeksgeld

Geen

Honorarium of andere  
(financiële) vergoeding

Geen  
Behoudens van  
Opdrachtgever

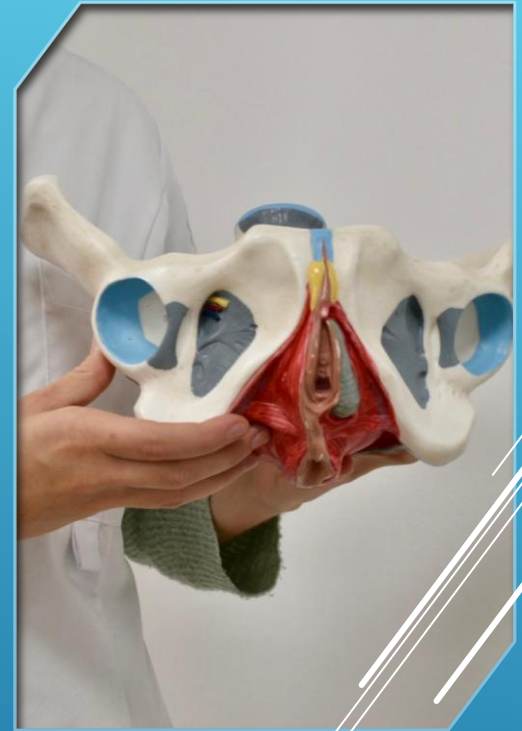
Aandeelhouder

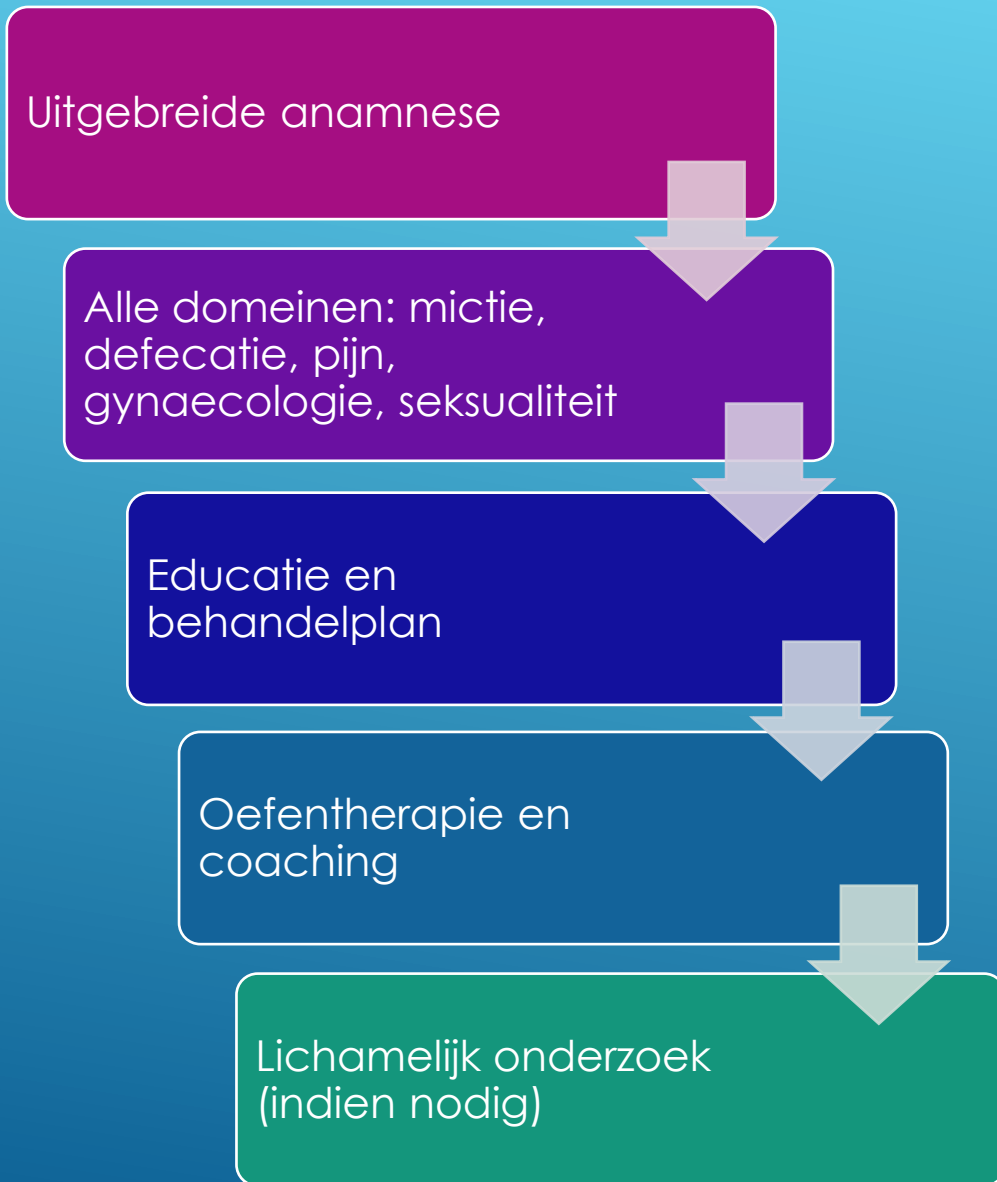
Geen

Andere relatie, namelijk ...

Geen

# WAT IS EEN GEREGISTREERDE BEKKENFYSIOTHERAPEUT?

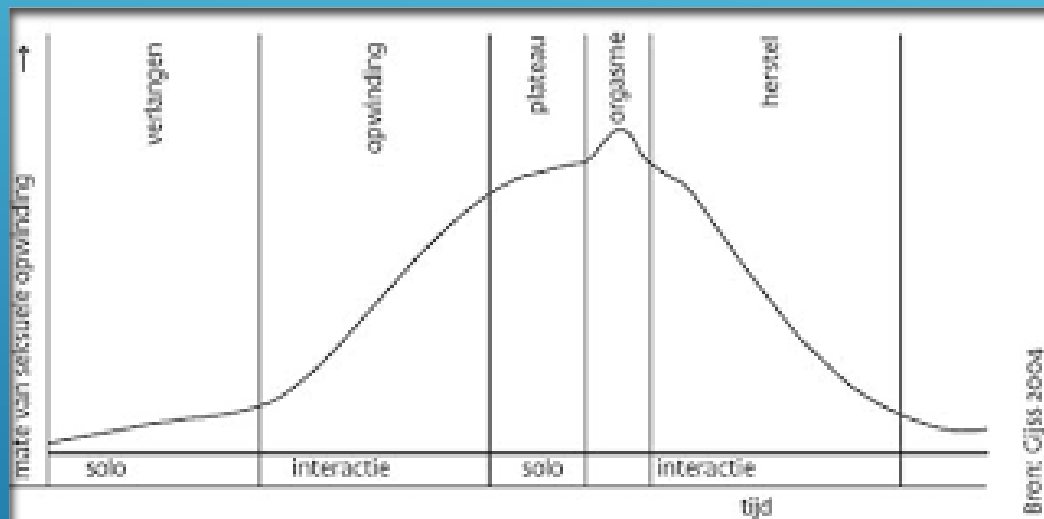




# ONZE AANPAK

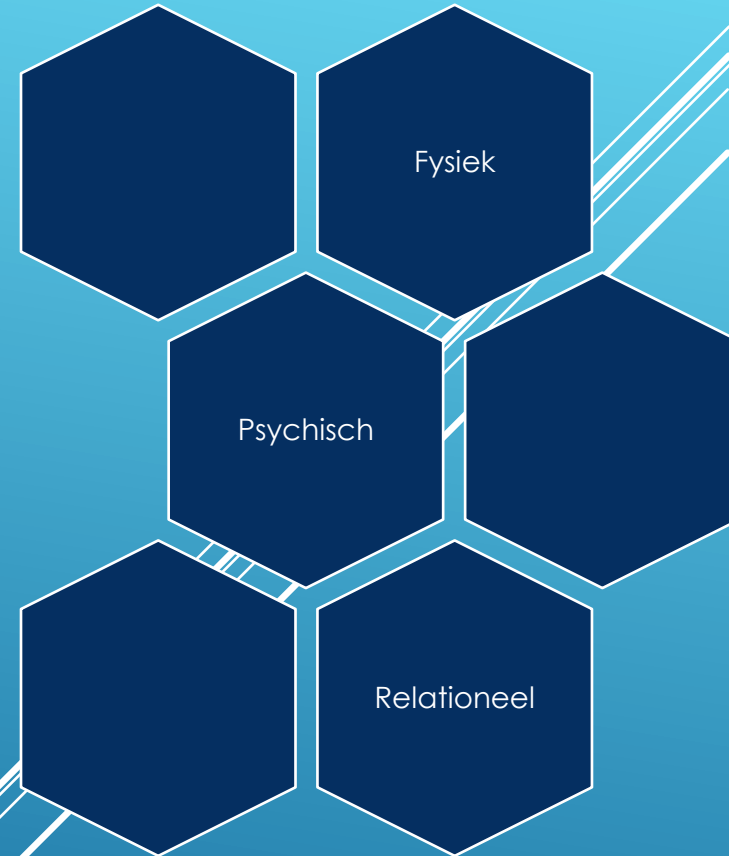
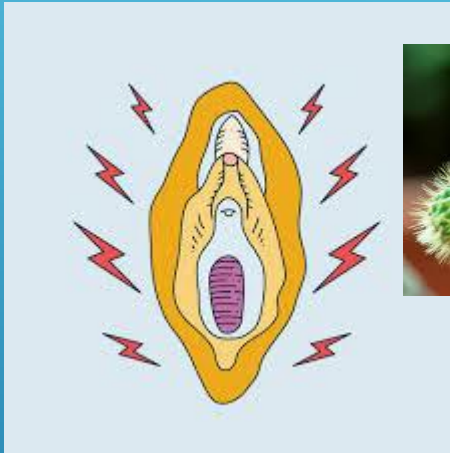


# WAT BESPREKEN WE?



- ▶ Seksuele respons cyclus
- ▶ Solo seks vs met partner
- ▶ Relatie
- ▶ Uitvragen negatieve ervaringen
- ▶ Altijd patiënt regie
- ▶ Terughoudend met inwendig onderzoek bij trauma

# WELKE PROBLEMATIEK ZIEN WE HET MEESTE?



# CASUS

## **Sanne, 34 jaar**

- 1,5 jaar na bevalling
- Oppervlakkig pijn bij penetratie (VAS 7)
- Vermijdt seks
- Weinig zin
- Glijmiddel helpt onvoldoende
- Geen afwijkingen bij onderzoek

## **Aanvullend:**

- Gestart met bekkenbodemoefeningen i.v.m. “slappe bekkenbodem” na bevalling
- Toename van pijnklachten

# CASUS

## **Mark, 42 jaar**

- ▶ Klachten van erectieproblemen sinds  $\pm$  6 maanden
- ▶ Erectie wel bij masturbatie, minder/afwezig met partner
- ▶ Soms snelle zaadlozing bij poging tot seks
- ▶ Vermijdt steeds vaker seks

## **Aanvullend:**

- ▶ Kinderwens, ervaart veel druk om te “presteren”
- ▶ Lichamelijk geen afwijkingen

Vaak overactieve  
bekkenbodembodem

Niet te weinig kracht

Krachttoefeningen  
kunnen klachten  
verergeren

BELANGRIJK  
INZICHT

# DYSPAREUNIE / VAGINISME / FOCALE VULVITIS



# DYSPAREUNIE / VAGINISME / FOCALE VULVITIS

Desensitisatie



# HULP MIDDELEN EN GRADED EXPOSURE





Bewustwording:  
aanspannen en  
loslaten



Ontspanning:  
bodyscan /  
ademhaling



Zelfexploratie:  
kijken en voelen

WAT KAN DE  
HUISARTS  
ADVISEREN?

Several white diagonal lines of varying lengths and thicknesses, creating a sense of motion or a graphic element on the right side of the slide.



BEDANKT VOOR JULLIE  
AANDACHT

