

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



1

Vandaag:

Inleiding

Het bekken en de bekkenbodem

Blaas en darmklachten bij mensen met de ziekte van Parkinson

Wat kun je eraan doen

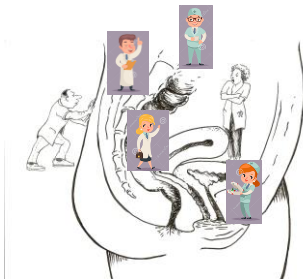
Onderzoek blaasklachten LUMC

Vragen - kan ook dierct

2

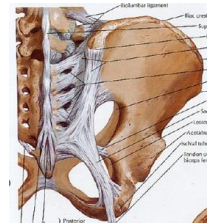
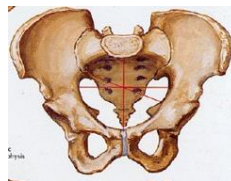
25-01-2017

Domeinen



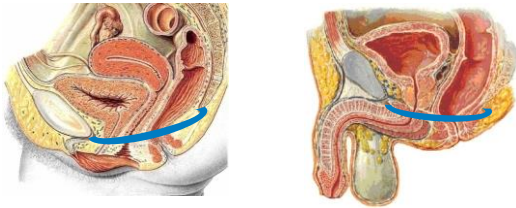
3

Anatomie Functie



4

Bekken en bekkenbodem



Openen sluiten steun stabiliteit seksualiteit

5

Relatie buikholte



6

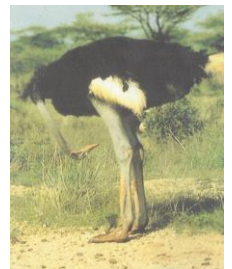
Beweging



7

Bekkenbodemspier

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



8

Wat kunt u ?

Wat doen de buik en bilspiers ?

Waar ?

anus , vaginaal , rondplaspis , perineum ?

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

9

Bewustwording

Voel je een intrekende beweging?

Hoe groot is deze ?

Beweegt de spier terug bij ontspanning ?

Kun je de aanspanning vasthouden, hoelang ?

Kun je snelle kort contracties uitvoeren?



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

10

Relatie tot ziekte van Parkinson

Blaasklachten 75 %

Aandrang klachten 58%

Nachtelijk plassen 50% 2 maal

Aandrang incontinentie 21-40%

Niet goed kunnen "leggen"



11

11

Plassen

Hoe vaak plassen is normaal ?

Wat is een normaal plasvolume ?
volume: 250-500ml per plas

2 liter drinken: 6-8 maal plassen



Abrams et al 2002 The standardization of Terminology of Lower Urinary Tract Function
Rome III criteria

12

12

Relatie tot ziekte van Parkinson



Obstipatie/ constipatie 50%

< 3 maal per week 50%

Moeizaam ontlasten

evacuatie/ persen 50-70%

13

13

Hoe vaak ontlasten is normaal?

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

(Parkinson?)

Advies dagelijks

Bristol Stool Chart	
Type 1	Little hard lumps, like nuts, often difficult to pass
Type 2	Like a walnut, may be difficult
Type 3	Like a walnut, may be difficult to pass
Type 4	Like a sausage or log, soft on the inside
Type 5	Soft blobs with clear cut edges (passed with ease)
Type 6	Soft blobs with clear cut edges (passed with ease)
Type 7	Wet, grainy, sticky, often difficult to pass

14

14

Geschiedenis

2004 Register Bekkenfysiotherapie

Bekkenfysiotherapie richt zich op
preventie en curatieve zorg
binnen het gehele buik-, bekken-, lage rug gebied
bij vrouwen mannen kinderen en ouderen



15

15

Diagnostiek Bekkenfysiotherapie

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

Bewegings onderzoek Fysiotherapie: lage rug heup buik
Spieren

Ademhaling

Bekkenbodemspieren : inwendig onderzoek

plas – ontlastings – dagboek



16

16

Seksualiteit

Onafhankelijk leeftijd

Verandering bij Parkinson, zin

Bv: Vrouw pijn bij gemeenschap

Bv: Man erecties ↓



www.sickandsex.nl

17

17

Plas / ontlasting dagboek

Tijdstip	Plas (ml)	Staat van ontlasting (0-4)	Ontlasting	Staat van ontlasting (0-4)	Totaal (ml)	Ontlast (ml)
5.30u	150	2		1	50	
6.15	120	2			50	
7.15	60	3		1	300	
8.00	100	1				
9.15	50	2			100	
10.00						
11.00	50	1			100	
12.00	50	1				
13.00	50	1				
14.00	50	1				
15.00	50	1				
16.00	50	1				
17.00	50	1				
18.00	50	1				
19.00	50	1				
20.00	50	1				
21.00	50	1				
22.00	50	1				
23.00	50	1				
Totaal	1700				Totaal	1700



18

18

Toiletinstructie

Ontspannen rechtop zitten

- Voeten plat op de grond
- Ondergoed naar beneden
- Buik ontspannen
- Plassen = NIKS doen (niet meepersen)

Na het plassen bij nadruppelen:

- * paar keer bekken kantelen en plassen
- * mannen uitstrijken op perineum
- Vrouwen; afvegen van voor naar achter



Mannen zitten ?

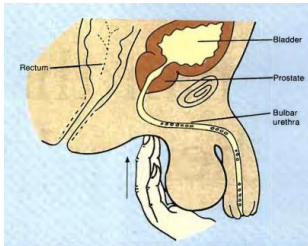
20

25-01-2017

19

20

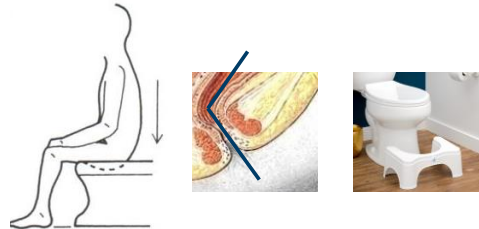
Nadruipen



21

21

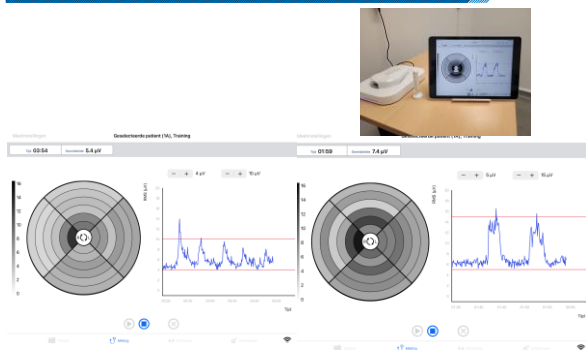
Ontlasten: Toilet instructie



22

22

Biofeedback



23

23

Therapie

- Gedrag plassen en ontlasten, buikdruk uitleg!
- Oefentherapie: bekkenbodembewustwording!
"precies"
- Ademhaling – ontspanning
- Feedback : terugkoppeling
 - manueel
 - echografie,
 - (bio) feedback



24

24

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

onderzoekurologie@LUMC.nl 0715299763

25

25

Dank voor uw aandacht !

Vind een geregistreerde bekkenfysiotherapeut
www.defysiotherapeut.com
Almere: Patricia van Gelderen
info@debekkenfysiotherapeut.nl
0649462884

App: bekkenbodemonline
www.sickandsex.nl
www.bekkenbodem4all.nl

Oefeningen – filmpjes
<https://www.youtube.com/watch?v=-mbcyZO-S0o&list=PL5EYUkA9x9sQH0Ni4dm7yrfZMFVxuFF3H&index=2>



26