



**Willem de Zwijgerlaan 51-53**  
1056 JE Amsterdam  
T 020 - 68 92 432



**Locatie ZwangerFitcursus**  
**Mercatorplein 117-121**  
1057 CA Amsterdam  
TT 020 - 61 23 394



**Surinameplein 40 Hs**  
1058 GS Amsterdam  
T 020 - 61 20 899



## Therapieën

- Manuele therapie
- Kinderfysiotherapie
- Bekkenfysiotherapie
- Oedeemtherapie
- Geriatrische fysiotherapie
- Oefentherapie Mensendieck
- Kinderoefentherapie
- Psychologie

## Extra's

- Shockwave therapie
- Dry Needling
- Medical taping

## Trainingstrajecten

- Vettepret programma (voor kinderen met overgewicht)
- Beweegprogramma Diabetes
- Beweegprogramma Overgewicht
- Beweegprogramma COPD
- Beweegprogramma Cardiovasculair
- Postoperatieve revalidatie
- Oncologie fysiotherapie
- Multidisciplinaire gedragsinterventies

[www.fysiotherapiedebaarsjes.nl](http://www.fysiotherapiedebaarsjes.nl)



**Surinameplein 40 Hs**

1058 GS Amsterdam • T 020 - 61 20 899

**Mercatorplein 117-121**

1057 CA Amsterdam • T 020 - 61 23 394

**Willem de Zwijgerlaan 51-53**

1056 JE Amsterdam • T 020 - 68 92 432

[www.fysiotherapiedebaarsjes.nl](http://www.fysiotherapiedebaarsjes.nl)

# Bekkenfysiotherapie en zwangerschapsbegeleiding

## Wat is bekkenfysiotherapie?

Bekkenfysiotherapie gaat om diverse problemen rondom het bekken. In de praktijk worden niet alleen vrouwen, maar ook mannen en kinderen behandeld.

De behandeling richt zich niet alleen op urineverlies, ook op problemen met het ophouden van de ontlasting en pijn bij gemeenschap. De behandeling van bekkenpijn, al dan niet samenhangend met zwangerschap vormt een onderdeel van bekkenfysiotherapie.

Het **therapeuten team** bestaat uit: Joan Smith (geregistreerd bekkenfysiotherapeut), Anita de Roode (zwangerschapsbegeleiding, bekken en incontinentie behandeling) en Annet Dros (bekken en incontinentie behandeling).

## Hoe komt u bij geregistreeerde bekkenfysiotherapeut?

U kunt naar een bekkenfysiotherapeut verwezen worden door onder andere de huisarts, uroloog, gynaecoloog, proctoloog, chirurg, seksuoloog, of de internist. Daarnaast werken wij ook samen met psychologen, verloskundigen, diëtisten, fysiotherapeuten en manueel therapeuten.

Ook zonder verwijzing van een arts kunt u bij de bekkenfysiotherapeut terecht. Wij beoordelen dan voor start van de behandeling of u met uw klachten bij ons op de juiste plek bent.

## Meer informatie nodig?

Joan Smith geregistreeerde bekkenfysiotherapeut kan u verder informeren.

## Bekkenfysiotherapie is fysiotherapie bij bekkenklachten zoals:

Ongewild verlies van urine en/of ontlasting	Pijn bij seks/gemeenschap, als de klachten samenhangen met de bekkenbodem
Verzakkingen van blaas, baarmoeder of darmen	Pijn in de onderbuik, rond de anus of de geslachtsdelen
Bekkenpijn in de periode rond en na de zwangerschap en bevalling	Fysiotherapeutische begeleiding tijdens zwangerschap en bevalling

## ZwangerFit® cursus



NVFB-ZwangerFit® is een nieuw product voor de fysiotherapeut die werkzaam is in de pre- en postpartum gezondheidszorg. NVFB-ZwangerFit® is een beschermde titel en alleen voorbehouden aan fysiotherapeuten die een geregistreerde NVFB-ZwangerFit® opleiding hebben gevolgd, of aan geregistreerde bekkenfysiotherapeuten. Het product is ontwikkeld in opdracht van de NVFB.

### **Meer informatie nodig?**

Onze collega Anita de Roode kan u verder informeren.



## Babymassage

Aanraken is voor een baby de eerste taal tussen ouder en kind. Via babymassage worden de groei en ontwikkeling van de baby positief gestimuleerd. Een massage versterkt de band tussen ouder en kind, heeft een positieve werking op de emotionele en lichamelijke ontwikkeling én versterkt het immuunsysteem.

Door massage help je je kindje ontdekken dat het een lichaam heeft en waar dat begint en ophoudt. Dit is de allereerste kennismaking met 'begrenzing'.

Door het intieme contact leer je de lichaamstaal van je kindje beter begrijpen. Je kunt er vervolgens passender op reageren. Massage helpt ook bij klachten zoals veel huilen, onrustig of snel geprikkeld zijn, slecht slapen, gespannen zijn of darmkrampjes.



Dit geeft je kindje een gevoel van veiligheid en vertrouwen en het stimuleert het gaan hechten.

**Meer informatie nodig?** Onze collega Anita de Roode kan u verder informeren.

## Inlichtingen en aanmelding

U kunt zich melden voor inlichtingen, een consult of behandeling bij onze collegae. Onze therapeuten zullen na een intake en onderzoek de mogelijkheden samen met u bespreken. Wij overleggen met u behandelend arts over ons inzet na uw instemming.

