



## Het Postpartum consult middels een Bekken(bodem) check

De Bekken(bodem) check kun je doen op [www.bekkenbodemcheck.nl](http://www.bekkenbodemcheck.nl).

Na het invullen van deze lijst volgt een advies (een classificatie in de groepen groen, oranje en rood).

### Groene groep:

Je hebt geen bekken- en/of bekkenbodemklachten en je loopt ook geen risico om dit later te gaan krijgen. Je kunt dan foldermateriaal en tips vinden op de site van de Nederlandse Vereniging voor Bekkenfysiotherapie ([www.NVFB.nl](http://www.NVFB.nl)).

Je hebt geen klachten, maar je hebt nog een vraag over het functioneren van je bekken en/of bekkenbodem, of je wilt gerichte adviezen, oefeningen of een opbouwschema, dan kun je kiezen om een afspraak te maken voor een Bekken(bodem)check.

Echter wanneer er geen klachten zijn, en je maakt gebruik van een Bekken(bodem) check, dan wordt de check van 1 uur **niet vergoed door de zorgverzekering**.

Het tarief voor een los consult is €100,-.

### Oranje groep:

Je hebt milde klachten op bekken- en/of bekkenbodemgebied of er zijn een aantal risicofactoren aanwezig welke klachten kunnen gaan veroorzaken. Dan kun je een afspraak maken voor een Bekken(bodem)check bij onze bekkenfysiotherapeut. Vergoeding vindt plaats vanuit je aanvullende verzekering fysiotherapie.

### Rode groep:

Je hebt klachten op bekken- en/of bekkenbodemgebied. Je wordt geadviseerd om contact op te nemen met onze bekkenfysiotherapeut. Vergoeding vindt plaats vanuit je aanvullende verzekering fysiotherapie.

## Postpartum consult

Het postpartum consult is ontwikkeld voor vrouwen die risico lopen op het verkrijgen van bekken- en/of bekkenbodemklachten. Door het inzetten van dit consult kan betere begeleiding geboden worden aan alle vrouwen in Nederland.

Het consult houdt in een:

- Intakegesprek
- Functieonderzoek buik-, bekken- en bekkenbodemregio
- Gedegen advies, oefeningen en wanneer nodig een opbouwschema.

Het consult duurt een uur.

Wanneer uit de screeningslijst komt dat je tot de oranje of rode groep behoort, ontvang je aan het eind van de screeningslijst een code. Schrijf deze code op en neem deze mee naar onze eerste afspraak. De code mag ook voorafgaande aan de afspraak naar mij gemaïld worden.

Bij vragen kun je mij e-mail sturen; [jernst@houwerenruijs.nl](mailto:jernst@houwerenruijs.nl) of via [info@houwerenruijs.nl](mailto:info@houwerenruijs.nl).

Jose Ernst, bekkenfysiotherapeut Houwer & Ruijs  
[www.houwerenruijs.nl](http://www.houwerenruijs.nl)