

Pijnbestrijding

Carrouselpoli chronische bekkenpijn

In overleg met uw behandeld arts bent u doorverwezen naar de carrouselpoli chronische bekkenpijn. U hebt op 1 dag afspraken met verschillende specialisten, die daarna een advies geven over de mogelijke behandeling van uw pijn.

Chronische bekkenpijn

Chronische bekkenpijn is pijn die gevoeld wordt in de onderbuik en het bekken(bodem)gebied en langer dan 6 maanden bestaat of steeds terugkomt. Het kan op elke leeftijd voorkomen, bij mannen en vrouwen.

Wat zijn de klachten?

Chronische bekkenpijn kan veel verschillende vormen hebben:

- De pijn kan zeurend, krampend, bonkend of stekend zijn.
- De pijn kan steeds op dezelfde plaats in de buik worden gevoeld, maar kan ook uitstralen naar de rug, de bovenbenen, de bovenbuik, de anus of de schaamstreek.
- De pijn kan er de hele tijd zijn of steeds terugkomen. Het kan er bijvoorbeeld een paar dagen per week of alle dagen van de week zijn. Ook kan de pijn soms erger en soms minder erg zijn. Het kan bijvoorbeeld in de loop van de dag opkomen en steeds erger worden. Vaak is niet te voorspellen wanneer de pijn optreedt.
- Chronische bekkenpijn gaat vaak samen met andere klachten, zoals een opgezetten buik of erger wordende pijn na het plassen, de ontlasting, de menstruatie of seksueel contact. Ook kunnen er andere chronische klachten zijn, zoals lage rugpijn, hoofdpijn, fibromyalgie en chronische vermoeidheid. De buikwand kan pijnlijk zijn. Dit kan een oorzaak van de bekkenpijn zijn, maar ook een gevolg.

Wat zijn de gevolgen?

Chronische bekkenpijn kan veel invloed hebben op uw leven en bezigheden. Soms is het niet meer mogelijk om te werken of om volledig te werken. De pijn kan een gevoel van falen en/of een gevoel van eenzaamheid geven. Zorgen en ongerustheid over de bekkenpijn kunnen leiden tot gespannenheid, geïrriteerdheid en chronische vermoeidheid. Ook kan de pijn tot depressie, angst en/of wanhoop leiden.

De carrouselpoli

Vaak bent u al bij een aantal behandelaars geweest, maar bestaan uw klachten nog steeds. Het doel van de carrouselpoli is om een zo compleet mogelijk beeld van uw klachten te krijgen.

U hebt op dezelfde dag afspraken met een pijnspecialist, een bekkenfysiotherapeut en een psycholoog. Deze specialisten maken een gezamenlijk behandeladvies. Het advies wordt nog dezelfde dag telefonisch met u besproken. Uw huisarts of de arts die u heeft doorverwezen, krijgt hierover een brief.

Pijnspecialist

Dit kan een anesthesioloog of een physician assistant zijn. Zij zijn gespecialiseerd in pijnbestrijding. Voor het gesprek met de pijnspecialist moet u thuis een aantal vragenlijsten invullen. De pijnspecialist doet ook een lichamelijk onderzoek.

Bekkenfysiotherapeut

Een bekkenfysiotherapeut is gespecialiseerd in het onderzoeken en behandelen van klachten in de buik, de lage rug, het bekken en het bekkenbodemgebied.

De bekkenbodemspieren zijn belangrijk bij de houding en bij het bewegen. Deze spieren kunnen te zwak zijn maar kunnen ook te gespannen zijn en/of hun werk niet op de juiste manier doen. Veel mensen zijn zich hier niet van bewust of voelen dit niet.

De bekkenfysiotherapeut vraagt u naar uw klachten, zoals problemen bij het bewegen, hoe het plassen en ontlasten gaat en of er problemen zijn met seksualiteit. De bekkenfysiotherapeut onderzoekt ook de beweeglijkheid van het bekken, de heup en het lage ruggebied.

Alleen met uw toestemming wordt er een inwendig onderzoek gedaan.

De bekkenfysiotherapeut zal u daarnaar vragen.

Met een inwendig onderzoek kan de werking van de bekkenbodemspieren worden beoordeeld. Dit wordt gedaan door met 1 of 2 vingers in de vagina en/of de anus te voelen. Het onderzoek mag geen pijn doen, dus het is belangrijk dat u het zegt als u pijn hebt.

Het kan zijn dat dit onderzoek moeilijk voor u is, bijvoorbeeld omdat u slechte ervaringen hebt met een eerder medisch onderzoek of nare seksuele ervaringen. U kunt altijd aangeven dat u dit onderzoek niet wilt of het onderzoek laten stoppen of onderbreken.

Psycholoog

De psycholoog vraagt naar uw klachten, welke gevolgen dit heeft op uw leven en hoe u hiermee omgaat. Meestal worden ook uw leefsituatie en levensgeschiedenis besproken.

Uitslag van de onderzoeken

Er wordt niet altijd een duidelijke oorzaak gevonden voor de pijn. Sommigen mensen zijn gerustgesteld als ze weten dat alles er goed uitziet; de klachten kunnen dan verminderen of zelfs helemaal verdwijnen.

Behandeladvies

De specialisten die u hebt bezocht, geven advies over welke behandelingen kunnen helpen bij het omgaan met of het verbeteren van uw klachten. De behandeling kan dan bestaan uit een pijnbehandeling, bekkenfysiotherapie, psychologische hulp of een combinatie daarvan.

Contact

Hebt u vragen? De polikliniek Pijnbestrijding is telefonisch bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8:30 tot 16:00 uur.

T: 0515 - 48 89 92

E: pijninfo@mijnantonius.nl

Route

Meld u voor de afspraak aan bij de aanmeldzuil in de centrale hal van het ziekenhuis met uw identiteitsbewijs (paspoort, identiteitskaart of rijbewijs). U krijgt een ticket waarop staat welke routenummer u moet volgen.

BeterDichtbij App

Met de gratis BeterDichtbij App kunt u via uw mobiele telefoon of tablet contact hebben met de polikliniek. U moet daarvoor wel eerst een uitnodiging krijgen van de polikliniek.

Hebt u opmerkingen of tips over de informatie in deze folder?

Wij ontvangen ze graag via folders@mijnantonius.nl