

Masterclass:

Optimale begeleiding na de partus gericht op de bekkenbodembodem- en buikspieren

80-100% van de vrouwen krijgt te maken met bekkenbodembodemklachten. Uit onderzoek is bekend dat een bevalling de grootste risicofactor is. Vaak uiteten deze klachten zich pas op latere leeftijd, terwijl preventieve adviezen en/of vroege signalering dit kan voorkomen.

Tijdens deze masterclass behandelen we het herstel van de bekkenbodembodem, buikspieren en de rol van de kraamverzorgende hierin.

Inhoud:

- Vóór de partus, wat kun je dan al betekenen
- Risico analyse/factoren
- Tijdlijn van het herstel
- Herstel van de bekkenbodembodem, onderzoek en oefeningen
- Behandel mogelijkheden voor bekkenbodembodemklachten
- Herstel van de buikspieren, onderzoek en oefeningen
- Behandel mogelijkheden voor buikspierklachten
- Sectio, adviezen, behandel mogelijkheden
- Overige aandachtspunten; littekens, stuitpijn, lage rugklachten, werken, sporten

Leerdoel:

Aan het einde van de masterclass zijn de deelnemers competent in het optimaal begeleiden van post partum vrouwen, zijn ze op de hoogte van de risicofactoren en kunnen tijdig deze vrouwen hierover informeren.