

KNGF-richtlijn

Zwangerschapsgerelateerde bekkenpijn

Verwijzing

Aanmelding met verwijsbrief

- tijdens de zwangerschap of na de bevalling
- voorgeschiedenis
- andere pathologie
- gegevens aanvullend onderzoek

Indien medische gegevens ontbreken: in overleg met de patiënte contact opnemen met arts/verloskundige.

Directe toegankelijkheid fysiotherapie

Screening

- hulpvraag
- plus/niet-plus
- alarmsignalen:
 - persisterende onbegrepen pijn in bekken en/of lage rug
 - uitstralende overheersende pijn in benen
 - motorische en/of sensibele uitval benen
- informeren/adviseren

Diagnostisch proces

(Aanvullende) anamnese

- gezondheidsprobleem
- hulpvraag (indien nog niet uitgevraagd)
- eerdere zorg

meetinstrumenten

- VAS-pijn
- RDQ
- IPA-subschalen zelfverzorging, bezigheden in huis en gezinsrol

Lichamelijk onderzoek

inspectie

- asymmetrie in houding en beweging
- aarzelend bewegen
- 'waggelgang'
- slepen met een been tijdens lopen

Bewegingsonderzoek

- actief onderzoek lumbale wervelkolom en onderste extremiteiten
- algemeen bewegingsverloop tijdens adl
- verder onderzoek voortkomend uit anamnese en hulpvraag

Meetinstrumenten

- PGS (ingevuld door fysiotherapeut)
- PHODA

Analyse

- Welke gezondheidsproblemen zijn er?
- Welke probleemgebieden staan op de voorgrond?
- Zijn de bevindingen consistent?
- In welk stadium van de zwangerschap of na de bevalling verkeert patiënte?
- Is er sprake van normaal of vertraagd herstel?

Bevorderende factoren

- geen onzekerheid over hervatten activiteiten
- tevreden met nieuwe gezinssituatie
- hervatting werk belangrijk
- goede gezondheid baby en overige gezinsleden

Belemmerende factoren

- ongerustheid en teleurstelling over de pijn
- depressieve gevoelens
- onzekerheid, angst over hervatting activiteiten
- hervatting werk wordt als een probleem gezien
- kinderopvang
- gezondheidsproblemen baby en/of overige gezinsleden

Fysiotherapeutische diagnose

- Is er een indicatie voor fysiotherapie?
- Kan patiënte behandeld worden volgens de *KNGF-richtlijn zwangerschapsgerelateerde bekkenpijn*?

Nee, eventueel door- of terugverwijzing

Ja

Behandelplan

- Vindt instroom plaats tijdens de zwangerschap of na de bevalling?
- Wat zijn de behandeldoelen, verrichtingen?
- Bespreking behandelplan met patiënte.

VAS = Visual Analogue Scale; RDQ = Roland Disability Questionnaire; IPA = Impact on Participation and Autonomy; PGS = Pijn Gedrag Schaal; PHODA = PHotograph series Of Daily Activities.

Therapeutisch proces

| | | |
|--------------------------------|-------------------------------|--|
| Tijdens de zwangerschap | Doelen | <ul style="list-style-type: none"> actief blijven in overeenstemming met het stadium van de zwangerschap omgaan met pijn geen bewegingsangst |
| | Informereren/adviseren | <ul style="list-style-type: none"> adl prognose van herstel na de bevalling |
| Na de bevalling | Doelen | <ul style="list-style-type: none"> coördinatieverbetering van de stabiliserende musculatuur bereiken van een hoger activiteiten/participatieniveau conditieverbetering beter kunnen omgaan met de pijn vergroten van kennis over en inzicht in de aandoening |
| | Informereren/adviseren | voorlichting geven over: <ul style="list-style-type: none"> de aandoening de eigen verantwoordelijkheid van de patiënte (deze staat centraal) |
| | Oefenen | aanleren en oefenen van: <ul style="list-style-type: none"> vaardigheden om door patiënte zelf te stellen doelen te bereiken vaardigheden om adl-problemen op te lossen opbouw oefeningen voor de stabiliserende musculatuur actieplannen voor korte en lange termijn, die door patiënte zelf zijn gemaakt |
| | Begeleiden | gericht op: <ul style="list-style-type: none"> de terugkeer naar het optimale (gewenste) niveau van activiteiten voor de zwangerschap het formuleren van huiswerk oefeningen op grond van door de patiënte gestelde doelen |



| |
|---|
| <p>Evaluatie</p> <p>korte termijn</p> <ul style="list-style-type: none"> in elke behandelsessie evaluatie van: <ul style="list-style-type: none"> door patiënt gestelde behandeldoelen resultaten uitbreiding van korte- naar langetermijndoelen <p>tussentijdse en eindevaluatie</p> <ul style="list-style-type: none"> objectivering behandelresultaat met meetinstrumenten: <ul style="list-style-type: none"> VAS-pijn, RDQ IPA-subschalen 'Zelfverzorging' en 'Bezigheden thuis en gezinsrol' |
|---|



| |
|--|
| <p>Afsluiting</p> <ul style="list-style-type: none"> verslaglegging verslaggeving nazorg |
|--|

VAS = Visual Analogue Scale; RDQ = Roland Disability Questionnaire; IPA = Impact on Participation and Autonomy.