

Checklist voor de zwangeren m.b.t. risicofactoren voor de ontwikkeling van bekken(bodem) disfuncties op lange termijn

	Ja	Nee	Onbekend
1 <sup>e</sup> vaginale bevalling			
Obesitas (BMI > 30)			
Urineverlies voor de zwangerschap			
1 <sup>e</sup> bevalling > 30 jaar			
Obstipatie voor de zwangerschap			
Urineverlies in de 1 <sup>e</sup> 12 weken			
Zien / voelen van vaginale uitstulping (balgevoel)			
Veel buikdrukverhogende momenten zoals			
• COPD – veel hoesten / roken			
• Lichamelijk zwaar werk			
• Zorg voor kleine kinderen			
• Mantelzorger			
Moeder met verzakkingsklachten of UI			
Obstipatie (< 3/wk) in de zwangerschap			
Lage rugklachten			
Bekkenpijn			

Bij meerdere positieve antwoorden is het raadzaam advies te vragen bij de geregistreerde bekkenfysiotherapeut

Checklist voor de recent bevallen vrouwen m.b.t. risicofactoren voor de ontwikkeling van bekken(bodem) disfuncties op lange termijn

	Ja	Nee	Onbekend
1 <sup>e</sup> vaginale bevalling			
Urineverlies voor de zwangerschap			
Urineverlies in het kraambed			
Gelijkblijvend urineverlies in de 1 <sup>e</sup> drie maanden na de bevalling			
1 <sup>e</sup> bevalling > 30 jaar			
Schade aan de bekkenbodem / knip / ruptuur(tje)			
Kunstverlossing			
Hoog geboortegewicht (> 4000 gram)			
Grote schedelomtrek kind			
Persduur > 75 minuten			
Veel buikdrukverhogende momenten zoals:			
• COPD – veel hoesten / roken			
• Lichamelijk zwaar werk			
• Zorg voor kleine kinderen			
• Mantelzorger			
Moeder met verzakkingsklachten of UI			
Urineverlies			
Obstipatie (< 3/wk) in de zwangerschap			
Lage rugklachten			
Bekkenpijn			

Bij meerdere positieve antwoorden is het raadzaam advies te vragen bij de geregistreerde bekkenfysiotherapeut