



Bekkenbodempkinesithherapie bij orgaanverzakking

Bij een orgaanverzakking zijn de spieren van je bekkenbodemp verzwakt. Kinesithherapie leert je om de spieren weer beter aan te spannen.

Op deze pagina

1. Wat is orgaanverzakking?
2. Soorten orgaanverzakking
3. Symptomen
4. Kinesithherapie bij orgaanverzakking
5. Hoe ziet de behandeling eruit?
6. Maak een afspraak

Wat is orgaanverzakking?

De spieren van je bekkenbodemp ondersteunen de organen die in je klein bekken liggen. Dat zijn de blaas, de endeldarm en - bij de vrouw - de baarmoeder. **Zijn de bekkenbodempieren of het bindweefsel niet stevig genoeg? Dan kan een orgaan gedeeltelijk doorheen de vaginawand zakken.** Dat noemen we een orgaanverzakking.

Soorten orgaanverzakking

- verzakking van de **blaas**
- verzakking van de **baarmoeder**
- verzakking van de **endeldarm**

Symptomen

Bij sommige vrouwen gebeurt een orgaanverzakking zonder dat ze klachten ontwikkelen. Anderen merken een **zwaar of bolvormig gevoel** op in de vagina. In ernstige gevallen **komt het orgaan zelfs een stukje uit de vagina**.

Kinesithherapie bij orgaanverzakking

De bekkenbodemkinesitherapeut **leert je om je spieren van je bekkenbodem beter op te spannen**.

Hoe ziet de behandeling eruit?

1 Intakegesprek

Tijdens een eerste gesprek proberen we een zo goed mogelijk beeld te krijgen van jouw situatie. We leggen je ook uit hoe je bekkenbodem precies werkt.

2 Onderzoek

We testen of onderzoeken hoe het met de spieren van jouw bekkenbodem gesteld is, soms met biofeedback . Daarna stellen we een behandelplan voor.

3 Behandeling

Tijdens de behandeling volgen we je nauwgezet op. We zien je elke 2-3 weken (vaker indien nodig). We leren je oefeningen aan en geven je adviezen mee.

Maak een afspraak

Een afspraak maken kan telefonisch. Voor bekkenbodemkinesithherapie heb je een doorverwijzing van je huisarts of specialist nodig.

Laatst bijgewerkt op 04/03/2025

Vind een ZAS-locatie in jouw buurt

Diensten

1 - 1 van 1





Expertisecentrum

Bekkenbodempkinesithherapie

pelvische re-educatie
bekkenbodempkine

Aanwezig in de volgende locaties:

ZAS Augustinus ZAS Middelheim

[Contacteer](#) [Over deze dienst](#)

Info ombudsdienst

Heb je een compliment of ben je niet tevreden?

Dat kan je via de website melden aan de Ombudsdienst: [zas.be/ombudsdienst](https://www.zas.be/ombudsdienst)

VU: Willeke Dijkhoffz, Kempenstraat 100, 2030 Antwerpen

Source: <https://www.zas.be/behandelingen/bekkenbodempkinesithherapie-bij-orgaanverzakking>

