

## Vergoeding van UROstim

Deze methode maakt deel uit van de algehele behandeling fysiotherapie. Indien uw aanvullende verzekering fysiotherapie dekt, dan vallen de kosten voor UROstim hier ook onder.

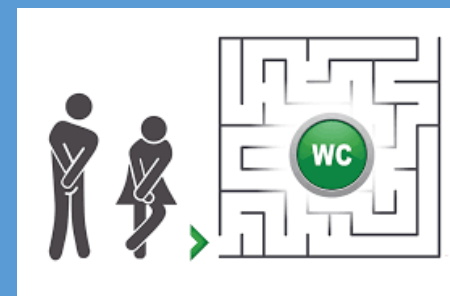
## Heeft u nog vragen?

Informeert u dan bij de praktijk en voor een afspraak maken kunt u bellen met de praktijk.

In onze praktijk wordt deze behandeling gegeven door Charlotte Floothuis.



## UROstim (Overactieve blaas)



**Fysiotherapiepraktijk Lemele / Lemelerveld**  
**Vilstersestraat 35, 8152 AA Lemelerveld**  
**Lemelerweg 74, 8148 PD Lemele**  
**0572 – 37 21 58**  
**[www.fysiolemelerveld.nl](http://www.fysiolemelerveld.nl)**  
**[info@fysiolemelerveld.nl](mailto:info@fysiolemelerveld.nl)**

## Heb ik een overactieve blaas?

- Moet u vaak plassen (meer dan 10x p.d.?)
- Moet u 's nachts vaker dan 2x plassen?
- Komt een vol blaasgevoel in heel korte tijd opzetten?
- Bereikt u soms het toilet net te laat?

Als u één of meerdere vragen met ja kunt beantwoorden, dan kan het zijn dat u een overactieve blaas hebt.

### Wat is een overactieve blaas:

Mensen met een overactieve blaas moeten vaak en/of opeens heel nodig plassen en kunnen hun plas vaak moeilijk ophouden. Bijna een miljoen Nederlanders (mannen en vrouwen) heeft 1st van een overactieve blaas. Niet iets om je voor te schamen.

### Hoe werkt de blaas normaal?

De blaas is eigenlijk een spier die kan samentrekken en ontspannen. De blaas vult zich met urine dat door de nieren wordt uitgescheiden. Is de blaas vol, dan krijgen de hersenen een signaal, dat het tijd is voor een toiletbezoek. Plassen gebeurt doordat de blaas zich samentrekt en de sluitspier van de blaas zich ontspant.

### Wat is er aan de hand met een overactieve blaas?

Bij een overactieve blaas trekt de blaasspier samen, ook als de blaas nog niet vol is. Dat gebeurt dus te vaak en zonder waarschuwing aan de hersenen. Het gevolg is dat iemand dan opeens heel nodig moet plassen, en moeite heeft de plas op te houden. Vaak lukt het maar net om op tijd bij de wc te zijn, of net niet.

## Mogelijke oorzaken van een overactieve blaas?

- psychische factoren
- een te hoge spanning van de bekkenbodemspieren
- overprikkeling door bijv. alcohol, cafeïne, drugs, maar ook sommige medicijnen
- zenuwletsel in het ruggenmerg of hersenen
- (chronische) blaasonsteking



### Wat moet u doen als u denkt een overactieve blaas te hebben.

Maak een afspraak met uw huisarts en maak uw problemen bespreekbaar. Aan de hand van uw ziekte geschiedenis, lichamelijk onderzoek, urineonderzoek en evt. aanvullend onderzoek kan hij/zij vaststellen of u een overactieve blaas hebt.

### Wat is er aan te doen:

Er zijn verschillende mogelijkheden, afhankelijk van de oorzaak van uw klachten, zoals bekkenbodempfysotherapie, medicijnen en soms is een operatie nodig.

Vaak helpt PTNS, een vorm van elektrostimulatie, een therapie waarover talloze onderzoeken zijn gepubliceerd. PTNS betekent Posterior Tibial Nerve Stimulation.

Het is een eenvoudige, niet ingrijpende en vaak zeer effectieve therapie.

## Hoe gaat de PTNS therapie in zijn werk?

Hiervoor komt u 12 weken achter elkaar, 1x p.w., 30 minuten in de praktijk van de fysiotherapeut(e). De therapeut(e) prikt een dunne naald aan de binnenzijde van uw onderbeen, iets boven de enkel, en sluit hierop een draad aan van een elektrostimulatie apparaatje. Een tweede draad wordt aangesloten op een zelfklevende elektrode (plakker), die op of onder uw voet wordt geplakt. Vervolgens wordt het apparaatje ingeschakeld en de stroom voorzichtig opgevoerd totdat u een lichte stroom voelt. Na ongeveer 6 weken is iets te merken van de therapie en wordt uw blaas rustiger. U heeft meer controle over uw blaas.

Na 12 behandelingen wordt met u een vervolgspraak gemaakt.

Afhankelijk van uw situatie, kunt u, in overleg met uw behandelend arts of therapeut(e), de therapie thuis voortzetten. Dan gebruikt u geen naald en een plakelektrode, maar twee plakelektroden. Ook hiervoor kunt u bij ons terecht.

Let op: deze thuis-therapie wordt niet altijd door uw zorgverzekering vergoed.

### Wanneer is PTNS niet geschikt?

U komt niet in aanmerking voor PTNS als

- U een pacemaker heeft of een ander elektronisch implantaat
- U ernstige hartritmestoornissen heeft
- U zwanger bent