

Ingevuld meebrengen bij uw nacontrole bij uw gynaecoloog of verloskundige
Afspraak controle op: omuur.



Houd een oogje op de bodem!

Preventie van bekkenbodemerelateerde klachten postpartum



Naam:
Geboortedatum:
Datum bevalling:

Urineverlies

Veel vrouwen hebben af en toe last van ongewild urineverlies. Wij proberen uit te zoeken of er bij u ongewild urineverlies voorkomt en hoeveel last u hiervan heeft. Probeer u zich hierbij voor te stellen hoe u zich over het algemeen gedurende de LAATSTE 4 WEKEN heeft gevoeld.

1. Hoe vaak heeft u last van ongewild urineverlies? (1 hokje aankruisen)

- | | | |
|--------------------------------------|--------------------------|---|
| nooit | <input type="checkbox"/> | 0 |
| ongeveer één keer per week of minder | <input type="checkbox"/> | 1 |
| twee tot drie keer per week | <input type="checkbox"/> | 2 |
| ongeveer één keer per dag | <input type="checkbox"/> | 3 |
| meerdere keren per dag | <input type="checkbox"/> | 4 |
| continue | <input type="checkbox"/> | 5 |

2. Wij willen graag weten hoeveel urine u denkt te verliezen.

Hoeveel urine verliest u gewoonlijk (ongeacht of u wel of geen beschermingsmateriaal gebruikt)?

(1 hokje aankruisen)

- | | | |
|---------------|--------------------------|---|
| niets | <input type="checkbox"/> | 0 |
| een beetje | <input type="checkbox"/> | 2 |
| tamelijk veel | <input type="checkbox"/> | 4 |
| veel | <input type="checkbox"/> | 6 |

3. Hoeveel invloed heeft het ongewilde urineverlies op uw dagelijkse leven?

Omcirkel één getal tussen 0 (helemaal niet) en 10 (heel erg)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
helemaal niet heel erg

A. Somscore urineverlies: 1+2+3 =

Verlies van ontlasting

Soms hebben vrouwen last van ongewild verlies van ontlasting of minder controle over windjes. Wij proberen uit te zoeken of er bij u dit ongewild verlies voorkomt en hoeveel last u hiervan heeft. Probeert u zich hierbij voor te stellen hoe u zich over het algemeen gedurende de LAATSTE 4 WEKEN heeft gevoeld.

Hoe vaak	<i>(kruis aan wat van toepassing is)</i>				
	nooit	zelden <1 x/maand	soms <1 x/ week	vaak ≥1 x/ week	altijd ≥1x/dag
verliest u ongewild					
- vaste ontlasting	0	1	2	3	4
- vloeibare ontlasting	0	1	2	3	4
- gas/windjes	0	1	2	3	4
gebruikt u beschermend materiaal voor ontlastingsverlies	0	1	2	3	4
belemmert het ontlastingsverlies uw dagelijkse leven	0	1	2	3	4
subtotaal					

B. Somscore verlies van ontlasting:

Verzakkingsgevoel

Soms hebben vrouwen last van een vaginaal verzakkingsgevoel, balgevoel of een zwaar gevoel. Wij proberen uit te zoeken of bij u dit verzakkingsgevoel voorkomt.

<i>Omcirkel het juiste antwoord</i>	Ja	Nee
1. Voelde en/of zag u een vaginale uitstulping ('balgevoel') tijdens uw zwangerschap?	5	0
2. Voelde en/of zag u een vaginale uitstulping ('balgevoel') de afgelopen 2 weken?	3	0
3. Had of heeft uw moeder last van een verzakking (gehad)?	5	0
4. Verricht u regelmatig zwaar lichamelijk werk? (veel tillen, veel bukken, lang achter elkaar staan)	4	0

C. Somscore verzakkingsgevoel:

Pijn rond het bekken

Soms hebben vrouwen last van pijnklachten rond het bekken tijdens de zwangerschap en na de bevalling. Deze pijn kan beperkingen geven. Wij proberen uit te zoeken of er bij u sprake is van hinderlijke beperkingen bij uw dagelijkse bezigheden. Probeert u zich hierbij voor te stellen hoe u zich over het algemeen gedurende de LAATSTE WEEK heeft gevoeld.

Heeft u door bekkenpijn klachten beperkingen bij uw dagelijkse activiteiten waaronder huishoudelijk werk en verzorging van uw kind?

Omcirkel één getal tussen 0 (helemaal niet) en 10 (heel erg)

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
helemaal niet heel erg

D. Score mate van beperkingen:

Totaalscore: A + B + C + D =