

### Vergoeding:

De behandeling wordt verzorgd door gespecialiseerde fysiotherapeuten die contracten hebben met alle verzekeraars. Wanneer er een aanvullende verzekering is worden de behandelingen vergoed. Patiënten met aandoeningen die voorkomen op de "chronische lijst" krijgen de fysiotherapie behandelingen vergoed uit het basispakket.

### Locatie praktijk MCN:

Het adres is: Loenermark 162, Flat B, gelegen parallel aan de Waddenweg (vlakbij het Stadsdeelhuis Noord). Er is voldoende (betaalde) parkeergelegenheid.

Openbaar Vervoer: Vanaf het Centraal Station Amsterdam neemt u bus 33 (halte Het Breed).

**Fysiotherapie MCN**  
Loenermark 162-165  
1025 SP Amsterdam  
020 - 6 320 220

[www.fysiomcn.nl](http://www.fysiomcn.nl)



De behandeling wordt gegeven door gespecialiseerde fysiotherapeuten die nauw samenwerken met huisartsen en specialisten



## PTNS

**Percutaneous Tibial Nerve Stimulation**



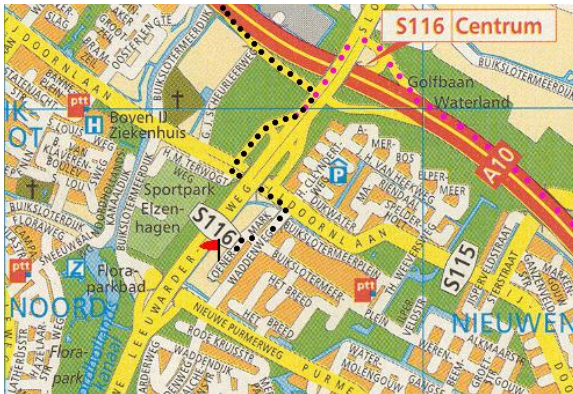
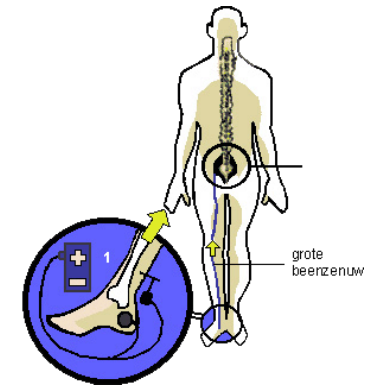
[www.facebook.com/fysiomcn](https://www.facebook.com/fysiomcn)

Fysiotherapie MCN heeft contracten met alle zorgverzekeraars. Wanneer u aanvullend verzekerd bent worden de behandelingen vergoed.



© [Fysiotherapie MCN](http://www.fysiomcn.nl)

Stempel verwijzend arts:



**Nieuwe, effectieve behandeling bij een overactieve blaas**

## Wat is een overactieve blaas?

Een overactieve blaas is een veel voorkomende aandoening. Meer dan 1 miljoen mensen in Nederland hebben er last van. Deze aandoening komt even vaak voor bij mannen als bij vrouwen. Mensen met een overactieve blaas zijn geen baas meer over hun eigen blaas. Deze gaat in wezen een eigen leven leiden. Zo moeten mensen met een overactieve blaas vaak kleine beetjes plassen, hebben ze moeite om de plas op te houden als ze aandrang voelen en kunnen ze last hebben van urineverlies waar ze geen controle over hebben. Kortom:

- Extreem vaak plassen, zowel overdag als 's nachts.
- Hevige aandrang om te plassen dat samengaat met urineverlies
- Onbegrepen blaas- en bekkenbodempijn.

Boosdoener kan de urineblaas zijn, die regelmatig een signaal afgeeft dat de blaas vol zit, terwijl dit niet het geval is. Op dit seintje heeft de betreffende persoon zelf geen invloed. Verder komt het voor dat de blaas zich vaak en heel plotseling leegt. Naast inspannings- en stresscontinentie is een overactieve blaas een van de meest voorkomende oorzaken van ongewenst urine verlies.

Een volwassen persoon plast gemiddeld drie tot acht keer per dag. Moet u vaker naar het toilet dan zou dit kunnen wijzen op een overactieve blaas.

Er zijn tegenwoordig verschillende oplossingen om een overactieve blaas te behandelen. Raadpleeg hiervoor uw huisarts of uroloog. Zij kunnen u bijvoorbeeld PTNS behandeling voorschrijven. Er is inmiddels veel onderzoek gedaan naar de effectiviteit van deze behandeling. Fysiotherapie MCN kan deze behandeling geven op advies van Uw arts.

In deze folder vindt u informatie over deze tamelijk nieuwe en bewezen effectieve therapie (bij circa 65% van de patiënten).

PTNS staat voor:

- **Percutane:** door de huid heen
- **Tibial:** scheenbeen
- **Nerve:** zenuw
- **Stimulation:** stimulatie

## Wat is PTNS behandeling?

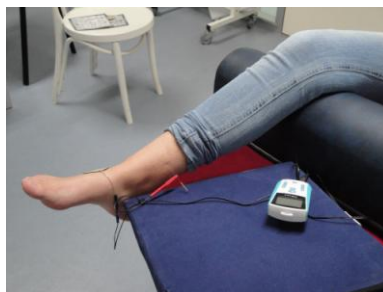
Bij een PTNS behandeling worden de 'foute' of ongewenste sensaties uit het kleine bekken geblokkeerd. Dit gebeurt door een elektrisch signaal te geven, aan een zenuwtak nabij de enkel. Deze zenuwtak staat in nauw verband met de zenuwen van alle organen in het kleine bekken zoals de blaas, de endeldarm en de sluitspier. Met behulp van een zeer dunne naald - die door uw huid - juist boven de enkel geplaatst wordt, wordt het gebied waarin de zenuwbaan loopt aangeprikt. De PTNS behandeling is een, relatief nieuwe, veilige behandelingsmethode. Daarnaast is PTNS is vrijwel pijnloos.

### Vorbereiding thuis

Een speciale voorbereiding voor deze behandeling is niet nodig, wel verzoeken wij u thuis de voeten te wassen en gemakkelijke kleding aan te trekken. U mag geen crème op uw benen en voeten gebruiken op de dag van de behandeling.

### De (eerste) behandeling

De behandeling vindt plaats in de praktijk MCN. Op de afgesproken dag en tijd meldt u zich bij de secretaresse. Neem uw verzekeringsbewijs en identiteitskaart mee. Als u alleen bent tijdens de behandeling, is het raadzaam om een boek of tijdschrift mee te nemen zodat u zich niet verveelt.



### De behandeling

De dunne naald wordt boven de enkel ingebracht en aangesloten op de stimulator. De juiste frequentie wordt dan bepaald. Het elektrische signaal geeft een prikkelend gevoel in uw hiel en tenen. Na 30 minuten wordt u van het apparaat los gekoppeld.

## Na de behandeling

Direct na de behandeling kunt u - met eigen auto of openbaar vervoer - weer naar huis.

### Effect

Bij ongeveer tweederde van de patiënten is er een duidelijke verbetering van de klachten te verwachten, bij een belangrijk percentage hiervan verdwijnen de klachten zelfs. Het is niet te voorspellen wie er goed reageert. Pas na 12 stimulaties is dat duidelijk.

### Bijwerkingen

De kans dat u last van bijwerkingen heeft bij deze behandelingsmethode is minimaal. Mogelijke Bijwerkingen, doorgaans voorbijgaand van aard, zijn een huidinfectie of milde pijnklachten bij de insteekplaats van de naaldelektrode.

### Belangrijk

- Als u een pacemaker hebt komt u niet in aanmerking voor PTNS.
- Bent u zwanger of wilt u binnenkort zwanger raken, vertel dit dan aan uw therapeut. De PTNS-behandeling moet dan worden gestopt.

Er wordt gestart met een reeks van twaalf behandelingen. In principe krijgt u iedere week één of twee behandelingen. Na de twaalfde behandeling vindt er evaluatie plaats.

Waarschijnlijk heeft u minstens zes behandelingen nodig om effect te merken. Om te kunnen vaststellen of u werkelijk baat heeft bij PTNS, is het belangrijk dat u in ieder geval de reeks van twaalf behandelingen afmaakt.

De meeste patiënten ervaren aan het eind van een PTNS-behandeling dat de controle over hun blaas verbeterd is.

De behandelingsfrequentie wordt dan geleidelijk afgebouwd. Indien blijkt dat PTNS behandeling bij u effectief is, wordt een onderhoudsbehandeling, bijvoorbeeld 1 keer per 3 of 4 weken tot zelfs per 2 maanden geadviseerd om het effect te behouden.