



## ZwangerFit® Intake formulier

Initialen..... Adres.....  
Achternaam..... Postcode.....  
Roepnaam..... Woonplaats.....  
Tel. werk..... Eigen tel.nr. ....  
Geb. datum..... Nood/partner.....  
Beroep..... E-mail.....

Frisiastate 23a,  
9062 GX Oentsjerk  
t 058 - 256 30 25  
i [www.t-med.nl](http://www.t-med.nl) e  
info@t-med.nl

Verloskundige.....  
Gynaecoloog.....  
Ziekenhuis.....

### Wil je onderstaande vragen zo goed mogelijk invullen, zodat we je individueel kunnen begeleiden?

- 1 - Hoeveel weken ben je nu zwanger?      weken
- 2 - Watis de uiterekende datum?      -      -      -
- 3 - Over de zwangerschap:  
 natuurlijke bevruchting  
 eenling zwangerschap  
 hormonale hulp/kunstmatig  
 meerling zwangerschap
- 4 - Hoeveelste zwangerschap is dit?  
 1<sup>e</sup> (ga door naar vraag 9)  
 2<sup>e</sup>  3<sup>e</sup>  4<sup>e</sup>  .....
- 5 - Hoe oud is/zijn je andere kind(eren)? .....

### Omdat bekken(bodem) klachten een relatie kunnen hebben met een eerdere zwangerschap/bevalling:

- 6 - Waarvond(en) de vorige bevalling(en) plaats?  
 Thuis  
 Ziekenhuis:  poliklinisch       medische indicatie, reden: .....
- 7 - Hoe verliep(en) de bevalling(en)? (meerdere antwoorden mogelijk)  
 ingeleid knip       beetje ingescheurd       (bijna) totaal ruptuur  
 lang geperst       hoofdligging       kruinligging       stuitligging  
 vacuümpomp       tangverlossing       fors meedrukken op de buik bij persen  
 keizersnede:       spoed OK       geplande OK



8 - Heb je (lang) na de bevalling last gehouden van:

- urine verlies  obstipatie  moeite ophouden windjes/ ontlasting
- lage rug of bekkenpijn  pijn bij vrijen  verzakkingsgevoel
- anders:

**Omdat (eerdere) klachten invloed kunnen hebben op deze zwangerschap:**

9 - Hoe verloopt de huidige zwangerschap tot nu toe?

.....

10 - Zijn er bijzonderheden bij de zwangerschapscontroles?

.....

11 - Zijn onderstaande klachten in deze zwangerschap op jou van toepassing?

(meerdere antwoorden mogelijk)

- Hartafwijking  Vroegtijdige geboorten  Voorliggende placenta
- Hoge bloeddruk  Meerlingzwangerschap  Probleem baarmoedermond
- Bloedarmoede  Weinig actief bewegen  Groeiachterstand baby
- Schildklierafwijking  Extreme gewichtstoename  Veelvuldig harde buiken
- Diabetes/suiker  Extreem ondergewicht  Vroegtijdige weeën
- psychisch niet wel voelen

Overige bijzonderheden: .....

.....

**Omdat bekken(bodem)klachten in de zwangerschap een relatie kan hebben met eerdere klachten:**

12 - Zijn onderstaande bekken(bodem) klachten momenteel op jou van toepassing?

(meerdere antwoorden mogelijk)

- rug- en/of bekkenpijn  pijn lage rug, stuit, billen  pijnschaambeent, liezen
- uitstraling benen  druppels urine verlies  scheutjes urine verlies
- urine verlies  bij hoesten/niezen/tilen  bij aandrang
- verzakkingsgevoel  obstipatie  verlies windjes/ontlasting

deze klacht(en) is/zijn na een vorige bevalling ontstaan

deze klacht(en) is/zijn na een ongeluk ontstaan

Overige bijzonderheden: .....

.....

13 - Heb je voor genoemde klachten wleens therapie gehad?

- nee
- ja:  fysiotherapie  bekkenfysiotherapie
- manuele therapie  cesar/mensendieck

**Omdat bekkenbodembodem klachten een familiale relatie kan hebben:**

14 - Komen er in je familie (moeder, zussen, tantes) gynaecologische klachten voor?

- nee
- ja:  baarmoeder/blaas OK  verzakking  urine verlies



**Omdat bekkenbodemplachten een relatie kunnen hebben met operaties rond buik-bekken-rug:**

- 15 - Ben je ooit geopereerd?  
 buik OK  keizersnede  bekken of lage rug (hernia)  
 gynaecologische OK  vaginale/anale OK  
 anders: .....soort operatie(s) .....

**Vragen over je algehele gezondheid - fitheid:**

- 16 - Gebruik je momenteel medicijnen?  
 nee .....  
 ja: voor: .....
- 17 - Sportje?  
 vroeger veel  in zwangerschap niet meer  al lang niet meer  
Welke sport(en) doet of deed je? .....

**Vragen over deelname aan ZwangerFit®:**

- 18 - Heb je eerder zwangerschapsbegeleiding gevolgd?  
 nee  
 ja:  ZwangerFit®  -gym  -yoga  anders: .....
- 19 - Hoe ben je bij ZwangerFit® uit gekomen?  
 verloskundige  huisarts  gynaecoloog  
 bekkenfysiotherapeut  fysiotherapeut  sport- fitnesscentrum  
 folder/advertentie  vriendinnen/familie  via eerdere ZwangerFit® cursus  
 anders: .....
- 20 - Waarom kies je voor ZwangerFit® en wat verwacht je ervan?  
 verbeteren uithoudingsvermogen  meer bewegen  
 trainen onder fysiotherapeutische begeleiding  ontspanning  
 ter voorkoming van klachten (preventie)  klachtenvermindering  
 ik had al bekken en/of bekkenbodemplachten  
 anders

Toelichting: .....

- 21 - Heb je overleg gehad over deelname aan ZwangerFit®?  
 nee  
 ja:  huisarts/ gynaecoloog  met verloskundige
- Eventuele reactie: .....



**Vragen over factoren die mede van invloed kunnen zijn op de zwangerschap:**

22 - Werkomstandigheden:

- veel staan  veel trap lopen  lichamelijk zwaar werk
- veel zitten  veel reizen  veel psychische stress

23 - Privéomstandigheden:

- gehuwd/ samenwonend  alleenstaand  nog thuiswonend

24 - Zijn er verdere bijzonderheden omtrent je gezondheid of werk- privé-omstandigheden te melden die voor de ZwangerFit® docent van belang kunnen zijn om te weten? .....

.....  
.....  
.....

**Overeenkomst:**

- 25 -  Ik verklaar bovenstaande zorgvuldig te hebben ingevuld
- Ik ga akkoord met de kosten van 250,- euro voor 12 actieve- en 3 theorielessen en draag zorg voor de betaling na ontvangst van de nota van T-MED fysiotherapie.
  - Ik ga akkoord met de betaling van de intake 52,50 euro indien ik niet aanvullend verzekerd ben voor fysiotherapie.  
(Kijk hiervoor in je polisvoorwaarden)

Datum: ..... Handtekening: .....

Wij danken je voor het in ons gestelde vertrouwen.  
Alle gegeven informatie wordt vertrouwelijk behandeld en niet aan derden verstrekt.

T-MED Fysiotherapie, Oentsjerk,  
José Sinnema, bekkenfysiotherapeut en ZwangerFit® docent



T-MED fysiotherapie

