



Mama Fit Intake formulier

Initialen.....
Achternaam.....
Roepnaam.....
Tel. werk.....
Geb. datum.....
Beroep.....

Adres.....
Postcode.....
Woonplaats.....
Eigen tel.nr.
Nood/partner.....
E-mail.....

Frisiastate 23a,
9062 GX Oentsjerk
t 058 - 256 30 25
i 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 - Hoe oud is je baby nu? / weken/maanden
Geboortedatum: - -
- 2 - Naam van je baby:..... jongen meisje
- 3 - Hoe gaat het met je baby?
 goed huilt nog veel nog geen ritme last darmkrampjes
 allergie anders:
- 4 - Hoe ga je hiermee om?
 ik had dit verwacht het valt wat tegen ik maak me zorgen
 het leidt tot stress het heeft invloed op het gezin/mijn relatie
 anders:

Vragen over je zwangerschap en bevalling:

- 5 - Was dit je eerste zwangerschap?
 ja
 nee: hoeveelste zwangerschap
- 6 - Was dit je eerste bevalling?
 ja
 nee: hoeveelste bevalling
- 7 - Hoe oud is/zijn je andere kind(eren)?
- 8 - Waar vond de bevalling plaats?
 thuis (ga door naar vraag 9)
 ziekenhuis



9 - Reden ongeplande ziekenhuis opname:

- ontsluiting kwam niet op gang vruchtwater was gekleurd langdurig persen
- langdurig gebroken vliezen voor pijnstilling nageboorte kwam niet
- hechten na (fors) inscheuren
- anders:

Vragen over je bevalling (bekkenbodem klachten kunnen hiermee een relatie hebben):

10 - Hoe verliep de bevalling?

- 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

11 - Waren er (andere) bijzonderheden tijdens je bevalling?

.....
.....

Vragen over je kraamtijd en herstel daarna:

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

- urine verlies (pijnlijke) obstipatie moeite ophouden windjes/ontlasting
- lage rug of bekkenpijn pijn bij vrijen verzakkingsgevoel
- psychisch niet wel voelen
- anders:

13 - Waren er (andere) bijzonderheden tijdens je kraamweek of herstel?

.....

Vragen over je gezondheid en herstel tot nu toe:

14 - Zijn onderstaande bekken(bodem) klachten momenteel op jou van toepassing? (meerdere antwoorden mogelijk)

- rug-en/of bekkenpijn pijn lage rug, stuit, billen pijn schaambeem, liezen
- uitstraling benen druppels urine verlies scheidtjes urine verlies
- urine verlies bij bv hoesten, niezen, tillen, lachen, opstaan
- urine verlies bij aandrang verzakkingsgevoel obstipatie
- verlies windjes/ontlasting

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

Overige bijzonderheden:

15 - Heb je voor genoemde klachten wel eens therapie gehad?

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



Omdat bekkenbodemp klachten een familiale relatie kan hebben:

- 16 - Komen er in je familie (moeder, zussen, tantes) gynaecologische klachten voor?
 nee
 ja: baarmoeder/blaas OK verzakking urine verlies

Omdat bekkenbodemp klachten een relatie kunnen hebben met operaties rond buik-bekken-rug:

- 17 - Heb je weleens operaties ondergaan?
 buik OK keizersnede bekken of lage rug (hernia)
 gynaecologische OK vaginale/anale OK
 anders:soort operatie(s):

Vragen over je algehele gezondheid - fitheid:

- 18 - Gebruik je momenteel medicijnen?
 nee
 ja: voor:
- 19 - Sportte je voor de bevalling?
 voor de zwangerschap veel niet in de zwangerschap
 daarvoor al niet meer
Welke sport(en) deed je?
- 20 - Heb je in de zwangerschap aan sport of zwangerschapsbegeleiding gedaan?
 nee
 ja: ZwangerFit® -gym -yoga anders:

Vragen over deelname aan Mama Fit

NB: Mama Fit is een onderdeel van ZwangerFit®

- 21 - Hoe ben je nu bij Mama Fit uitgekomen?
 advies verloskundige advies huisarts advies gynaecoloog
 via bekkenfysiotherapie via fysiotherapie folder/advertentie
 vriendinnen/familie via eerdere ZwangerFit® cursus
anders:
- 22 - Waarom heb je nu (weer) gekozen voor Mama Fit 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 bekkenbodemp klachten
 anders:
- Toelichting:
-
-
- 23 - Heb je overleg gehad over deelname aan Mama Fit?
 nee
 ja: huisarts/ gynaecoloog met verloskundige



Vragen over factoren die mede van invloed kunnen zijn:

24 - Werkomstandigheden:

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

25 - Privéomstandigheden:

- gehuwd/ samenwonend alleenstaand nog thuiswonend

26 - Zijn er verdere bijzonderheden omtrent je gezondheid of werk- privé-omstandigheden te melden die voor de YVLO-ZwangerFit®/post partum deel docent van belang kunnen zijn om te weten?

Overeenkomst:

- 27 - Ik verklaar bovenstaande zorgvuldig te hebben ingevuld
- Ik ga akkoord met de kosten van € 180,- voor 12 lessen 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 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

In te vullen na intake beoordeling door de docent/(bekken)fysiotherapeut:

- extra aandacht voor: PGP bb psychosociaal
- bb functie mogelijk: onderactief overactief tel. contact gewenst Opmerkingen

docent:

