

Physiotherapie

Beckenboden Rehabilitation



Einleitung

Eine Blasenschwäche und / oder Inkontinenz kann sowohl Frauen als auch Männer betreffen. Viele Menschen leiden unter Harn- oder Stuhl-inkontinenz (unkontrollierter Harn- oder Stuhlabgang).

Die Ursachen können vielseitig sein:

- Bei Frauen treten die Symptome oft nach der Geburt des Kindes oder um die Wechseljahre auf. Einen nicht ausreichend aktivierbaren Beckenboden, eine falsche Körperhaltung und eine Fehlbelastung im Alltag führen oft zu einem schwachen Beckenboden. Dies kann zudem eine Senkung begünstigen.
- Bei Männern treten Inkontinenzprobleme oft nach einer Prostataoperation auf. Durch einen korrekt aktivierten und gekräftigten Beckenboden, welcher auch eine optimale Entspannung erfährt, kann die Blase wieder besser kontrolliert werden.

Therapieangebote im Spital Menziken

Mit einer Physiotherapieverordnung werden Sie bei uns in der Einzeltherapie kompetent behandelt. Das Biofeedback und die Elektrostimulation wird in der Behandlung gezielt angewendet.

Bei der Behandlung von Inkontinenz oder Senkung ist es wichtig, die Ursache herauszufinden und eine gezielte Therapie zu beginnen.

Mit Übungen, die auf Sie angepasst sind, wird die korrekte Aktivierung vom Beckenboden erlernt. Sie können Ihren Beckenboden im Alltag gezielt einsetzen und dadurch eine Fehlhaltung korrigieren.

➤ **Biofeedback**

Die Beckenbodenaktivierung kann mit dem Biofeedback visualisiert und überprüft werden. Mit einer Vaginal- oder Analsonde können Sie sehen, wie gut Sie Ihren Beckenboden an- und entspannen können.

➤ **Elektrostimulation**

Bei einer schwachen Beckenbodenspannung wird ein kleiner Impuls an den Beckenbodennerv abgegeben. So können Sie spüren, wie Ihr Beckenboden korrekt aktiviert wird.



Sonde, die in die Scheide eingeführt wird



Sonde, die beim After eingeführt wird



Gerät für das Biofeedback und / oder die Elektrostimulation

Beckenbodenzentrum im Asana Spital Menziken

Von unseren spezialisierten Physiotherapeutinnen: Antje Blaser, Michaela Huber und Denise Wunderlin werden Sie kompetent und einfühlsam in der Beckenboden - Physiotherapie behandelt.

Anmeldung und Terminvereinbarung

Sekretariat der Physiotherapie

062 765 31 91

Beckenbodenkurse für die Frau und den Mann und Rückbildung in Ihrer Region

Unter kompetenter Anleitung bietet Michaela Huber Beckenbodenkurse und Rückbildungsgymnastik im Wynen- und Seetal an.

In den Kursen lernen Sie die korrekte Beckenbodenaktivierung, die richtige Körperhaltung und wie Sie Ihren Beckenboden im Alltag schonen können. Mittels theoretischen Inputs erhalten Sie wichtige Informationen vom Beckenboden.

Alle weiteren Information zu den aktuellen Kursen finden Sie auf folgender Homepage: www.deinbeckenboden.ch

Michaela Huber

079 783 59 75



Die Stomaberatung im Asana Spital Menziken

Jeweils dienstags und freitags bieten wir in den Räumen der Wundsprechstunde des Ambulatoriums im Spital Menziken die Stomaberatung an.

In Zusammenarbeit mit internen und externen Fachärzten wird gemeinsam mit der Pflegefachperson der beste Weg gesucht, um eine höchstmögliche Lebensqualität zu ermöglichen.

Anmeldung für Stomaberatung:

Nadine Eichenberger

Pflegefachfrauen HF, NDK Wund-, Stoma-und Kontinenzpflege

Sekretariat Ambulante Sprechstunden

Telefon: 062 765 31 30

E-Mail: stomaberatung@spitalmenziken.ch

In medizinischer Zusammenarbeit mit

- Dr. med. (SRB) Ivan Adamovic, Facharzt für Chirurgie mit Spezialgebiet Proktologie / Wundexperte ICW
- Teresa Teixeira da Silva, Leitende Ärztin für Gynäkologie, Frauenklinik des Luzerner Kantonsspitals Sursee
- Dr. med. Slavka Kraljevic, Chefärztin Innere Medizin, Fachärztin für Innere Medizin, Asana Spital Menziken

Hausarztpraxen

- Med. prakt. Maciej Swiatek, Facharzt für Gynäkologie und Frauenkrankheiten, Belegarzt am Asana Spital Menziken
- Dr. med. Timo Grün, Facharzt FMH Urologie
- Externen Institutionen, Hausärzten und vielen weiteren Fachärzten