

Lebensqualität aus der Körpermitte

Eine Million Menschen in Österreich leiden unter einer Blasen- oder Darmschwäche, Senkungsbeschwerden, Sexualproblemen oder Schmerzen im Beckenbereich. Physiotherapie hilft!

Für viele Frauen sind Probleme im Intimbereich noch immer ein Tabuthema. Betroffene isolieren

sich aus Scham oft selbst und wissen nicht, an wen sie sich wenden können. Der Beckenbereich kann in jedem Alter Beschwerden machen. Jede vierte Frau ist im Laufe des Lebens von unfreiwilligem Harnverlust (Inkontinenz) betroffen. Oft haben junge Sportlerinnen bereits Schwierigkeiten, Harn zu halten. Nach Geburten und ab den Wechseljahren steigt die Wahrscheinlichkeit, als Frau betroffen zu sein. Jedoch ist die Annahme, dass Blasenschwäche im Alter unabwendbar ist und man nichts dagegen tun kann, falsch.

Inkontinenz kann viele Ursachen haben - und viele davon lassen sich mit Hilfe von einer gezielten Physiotherapie beheben.

Beckenbodentherapie: Was erwartet Sie?

Im Rahmen der physiotherapeutischen Behandlung wird eine gezielte Befundung durchgeführt.

Die Physiotherapie zeichnet sich dadurch aus, dass Alltagsprobleme und Funktionseinschränkungen genau erkannt und ihre Zusammenhänge erfasst werden. Patientinnen erhalten professionelle Ratschläge und Strategien für den Alltag. Zusätzlich zum aktiven Beckenboden- und Schließmuskeltraining wird das Gewebe mit speziellen physiotherapeutischen Behandlungstechniken unterstützt. Der Vorteil bei der Beckenbodenkräftigung ist, dass sie immer und überall - ohne für an-

dere bemerkbar zu sein - durchgeführt werden kann. Wichtig dabei ist jedoch die richtige Aktivierung des Beckenbodens. Um diese genau einschätzen, erlernen und kontrollieren zu können, erlernen und behandeln PhysiotherapeutInnen mit entsprechender Weiterbildung den Beckenboden auch vaginal und/oder rektal. Dies unterscheidet die Physiotherapie qualitativ stark von zahlreichen angebotenen Beckenbodengymnastikgruppen im Fitnessbereich. ■



Michaela Zechner, BSc
freiberufliche Physiotherapeutin mit den Schwerpunkten Beckenboden- und Atemphysiotherapie



Finden Sie qualifizierte PhysiotherapeutInnen in Ihrem Bundesland: bit.ly/2kut6rY



Blasenschwäche – ein Thema für JUNG und ALT!

Schonender Eingriff bringt sofort Erfolg

Ein Drittel aller Frauen leidet im Verlauf ihres Lebens unter Harnverlust. Oft wird diese Harninkontinenz, die sich häufig bei Belastungen wie Niesen, Husten oder beim Sport ergibt, sogar der Ärztin oder dem Arzt schamhaft verschwiegen. Ursachen sind vielfach Schwangerschaften, Menopause oder starkes Übergewicht. Erst wird das Bindegewebe geschwächt, dann der Schließmuskel der Harnblase. Bei Druck gibt dieser nach und Urin tritt aus.

Bringt Physiotherapie keine Besserung, so kann die Ärztin, der Arzt schonend helfen. Bulkamid-Hydrogel wird unter Lokalanästhesie in die Harnröhren-Wand eingespritzt – eine Art Aufpolsterung.

Der Effekt: Der Schließmuskel wird durch das Implantat gestärkt, der Harnverlust verhindert. Die Wirkung hält Jahre an. Drei Viertel der Frauen mit einer Bulkamid-Behandlung berichten von Heilung oder wesentlicher Besserung.

Der 10 bis 15-minütige, minimalinvasive Eingriff kann auch unter Vollnarkose durchgeführt werden. Spätestens 24 Stunden später ist Frau wieder fit.

Weiterführende Informationen finden Sie unter www.bulkamid.de bzw. wenden Sie sich vertrauensvoll an Frau Christine Mahatsek unter cm@crosstec.eu.

Wir helfen Ihnen gerne weiter!



Crosstec GmbH | Rotenlöwengasse 19 | 1090 Wien | AUSTRIA
T: +43 (0)1 310 31 00 - 0 F: DW 20 | T: +49 (0)201 857 96 - 211 F: DW 212
E: office@crosstec.eu | www.crosstec.eu

Lass uns was Gutes tun

SpeediCath® Compact Eve - der diskrete Einmal-katheter für Frauen zur Blasenentleerung ist jetzt Teil der Pink Ribbon Aktion 2019.



Das Pink Ribbon, die rosa Schleife, ist das sichtbare Zeichen der Solidarität mit Brustkrebspatientinnen. Gemeinsam mit Dir unterstützen wir pro verkaufter SpeediCath® Compact Eve Packung die Pink Ribbon Aktion 2019 der Österreichischen Krebshilfe.

Mehr Informationen findest Du unter www.coloplast.at/pink-ribbon

