

# WISSENSWERTES ZUM BECKEN- BODENZENTRUM STEPHANSHORN

UNSER ANGEBOT FÜR BLASEN- UND BECKENBODENPROBLEME MIT  
INTERDISZIPLINÄRE ZUSAMMENARBEIT ZUM VORTEIL DER PATIENTEN.



## **INHALTSVERZEICHNIS**

- 3** Das Beckenbodenzentrum Stephanshorn
- 4** Die häufigsten Krankheitsbilder und ihre Symptome
- 6** Unsere Kompetenzen und die Infrastruktur
- 8** Wissenswertes zur heimlichen Volkskrankheit – Inkontinenz
- 10** Unser interdisziplinäres Team – Ihre Ansprechpartner

# HERZLICH WILLKOMMEN

## **Herzlich willkommen beim Beckenbodenzentrum Stephanshorn**

Im Beckenbodenzentrum im Ärztehaus Schuppis behandelt ein interdisziplinäres Fachteam der Klinik Stephanshorn in St.Gallen Beckenbodenprobleme von Männern und Frauen. Dazu gehören Krankheiten der Nieren, Harnwege sowie der weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane.

Erkrankungen des Beckenbodens sind häufig und nehmen zu, Blasen- und Beckenbodenschwäche gehören zu den am weitesten verbreiteten Krankheiten. Schätzungen zufolge sind in der Schweiz über 600000 Frauen und Männer von Urin- und/oder Stuhlinkontinenz betroffen. Nicht selten liegen kombinierte Beschwerden vor, die einer fachübergreifenden Diagnostik und Therapie bedürfen.

## **Gleichbleibende Ansprechpartner**

Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung unserer Fachärzte und Physiotherapeuten sowie dem Vorteil von kurzen Kommunikationswegen und gleichbleibender Ansprechperson.

# HÄUFIGE KRANKHEITSBILDER UND SYMPTOME

## **Blasenentzündungen**

Sie haben regelmässig Blasenentzündungen, die Sie teils selbst behandeln und zum Teil mit Antibiotika behandeln lassen müssen.

## **Chronic Pelvic Pain Syndrom (chronischer Beckenbodenschmerz)**

Das «Chronic Pelvic Pain Syndrom» (CPPS) oder der chronische Beckenbodenschmerz ist eine der häufigsten Ursachen für Schmerzen im Bereich des kleinen Beckens. Es können verschiedene Organsysteme, wie z. B. Blase, Darm, Genitalien oder Prostata, betroffen sein.



### **Senkungsbeschwerden**

Sie verspüren ein Ziehen mit Druckgefühl oder Fremdkörpergefühl in der Scheide oder im Becken. Möglicherweise begleitet von Blasen- und Darmentleerungsstörungen.

### **Stuhlinkontinenz**

Sie verlieren ungewollt Stuhl, haben keine Kontrolle über Ihre Blähungen oder müssen notfallmässig eine Toilette aufsuchen. Weitere Informationen finden Sie auf den Seiten 8 und 9.

### **Urininkontinenz (Blasenschwäche)**

Sie haben Mühe, den Urin bei körperlicher Belastung in der Blase zu halten, oder Sie haben das ständige Gefühl, auf die Toilette gehen zu müssen. Unterschieden wird zwischen Belastungsinkontinenz und Dranginkontinenz, wobei auch eine Mischform vorkommen kann. Weitere Informationen zur Inkontinenz finden Sie auf den Seiten 8 und 9.

### **Verstopfung (chronisch)/Probleme bei der Darmentleerung**

Sie leiden unter hartem, schmerzhaftem oder seltenem Stuhlgang. Sie haben das Gefühl einer unvollständigen Entleerung des Darms, müssen beim Stuhlgang stark pressen oder mit dem Finger nachhelfen. Sie haben weniger als drei Stuhlgänge pro Woche. Ein weicher Stuhlgang ist Ihnen nur mit Abführmitteln möglich.

**Weitere Informationen über die Krankheitsbilder, die Diagnostik und Behandlung sowie unsere Ärzte finden Sie auf unserer Website:**  
[www.hirslanden.ch/sh-bbz](http://www.hirslanden.ch/sh-bbz)

# UNSERE KOMPETENZEN

Im Beckenbodenzentrum der Klinik Stephanshorn werden sämtliche Krankheitsbilder des Beckenbodens untersucht und behandelt. Durch die moderne Infrastruktur und entsprechende Diagnostik (Magnetresonanzuntersuchung, Urodynamik usw.) sowie die Zusammenarbeit des interdisziplinären Teams aus Fachärzten können Störungen des Beckenbodens erkannt und entsprechend behandelt werden.

Neben der ärztlichen Behandlung ist es dem Team des Beckenbodenzentrums ein Anliegen, dass Patientinnen und Patienten auch in Bezug auf Pflege und Physiotherapie optimal betreut werden. Zum Behandlungsspektrum des Zentrums gehören unter anderem auch Muskeltraining, Nervenstimulationen, weitere schmerztherapeutische Behandlungen und minimalinvasive Operationen.

## **Das interdisziplinäre Beckenboden-Board**

Regelmässig treffen sich unsere Spezialisten um kombinierte Krankheitsbilder aus jeder fachlichen Perspektive zu analysieren und daraus den besten Therapieplan zu erarbeiten. Bei den Besprechungen sind weitere Fachbereiche wie Physiotherapie und Neurochirurgie/Schmerztherapie anwesend, und ihre Fachexpertise fliesst in die optimale Therapieplanung mit ein.

**Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Website:**  
[www.hirslanden.ch/sh-bbz](http://www.hirslanden.ch/sh-bbz)



medi-matic

# DIE HEIMLICHE VOLKSKRANKHEIT

In der Schweiz leiden 600 000 bis 800 000 Menschen unter Urin- und/ oder Stuhlinkontinenz, davon sind 75% Frauen. Nicht nur alte Menschen, sondern auch junge sind davon betroffen. Ab dem 50. Lebensjahr steigt die Zahl der Betroffenen jedoch stark an.

## **Sprechen Sie über das Tabuthema**

Häufig sprechen Betroffene nicht über ihr Leiden. Aufgrund von Scham, falscher Vorstellung von Inkontinenz als normale Alterserscheinung oder Operationsangst erdulden viele die Alltagseinschränkungen. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Inkontinenz kann man oft einfach behandeln. Häufig helfen schon kleine Umstellungen der Lebensgewohnheiten, und es ist keine Operation und kein minimalinvasiver Eingriff notwendig.

## **Stuhlinkontinenz**

Frauen sind häufiger von Stuhlinkontinenz betroffen als Männer, da Geburten für den Beckenboden eine erhebliche Belastung darstellen. Weitere Gründe können chirurgische Operationen im Analbereich (z.B. Hämorrhoiden-Operationen) oder neurologische Störungen wie multiple Sklerose oder Querschnittslähmungen sein. Zur Diagnostik von Stuhlinkontinenz gibt es verschiedene Methoden sowie auch unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten. Primär werden konservative Therapien wie Stuhlregulation und Beckenbodentraining angewendet. Erzielen diese nicht den gewünschten Erfolg, kommen je nach Ursache verschiedene Operationen infrage.



### **Urininkontinenz/Blasenschwäche**

Ursache für eine Belastungsinkontinenz ist meist ein zu schwacher Blaseschliessmuskel. Auch direkte Schädigungen durch Operationen oder Störungen der Nervenversorgungen des Schliessmuskels können zu einer Belastungsinkontinenz führen. Eine Dranginkontinenz wird dagegen durch einen überaktiven Blasenmuskel verursacht, der gegen den intakten und verschlossenen Schliessmuskel Urin aus der Blase presst. In einem

Gespräch werden mögliche Krankheitsfaktoren (Operationen, Nervenkrankungen, Diabetes usw.) geklärt, begleitet von der körperlichen Untersuchung. Beide Formen der Urininkontinenz erfordern individuelle Behandlungsmethoden, die auf die Patientensituation abgestimmt sind. Die Optionen reichen von konservativen Massnahmen (Medikamente, Beckenbodentraining) über minimalinvasive Blasenbehandlungen bis zur Implantation von künstlichen Schliesssystemen.

# UNSER INTERDISZIPLINÄRES TEAM

Das interdisziplinäre Team aus Fachärzten der Disziplinen Chirurgie, Urologie, Gynäkologie, Gastroenterologie, Schmerztherapie und Physiotherapie arbeitet eng zusammen und ermöglicht eine gute und umfassende Betreuung der Patientinnen und Patienten.



**Viktor Schyrba**  
dipl. Arzt  
Facharzt für Gynäkologie  
und Geburtshilfe  
Frauenarzt Praxis Rorschach



**Dr. med. Petra Hoederath**  
Fachärztin für Neurochirurgie,  
Schmerzspezialistin SPS  
Schmerztherapie Stephanshorn



**Dr. med. Mark Meier**  
Facharzt für Urologie,  
spez. Operative Urologie  
Urologie am Stephanshorn



**Dr. med. Philipp Bisang**  
Facharzt für Chirurgie  
eSwiss Medical & Surgical Center



**Dr. med. Andreas Zerz**  
Facharzt für Chirurgie,  
spez. Viszeralchirurgie  
eSwiss Medical & Surgical Center



**Jasmin Tiefenthaler**  
dipl. Physiotherapeutin  
Physiotherapie Stephanshorn

### **Kontakt**

Gerne koordiniert unsere Beckenbodenkoordinatorin einen Termin mit dem zuständigen Facharzt.



**Anett Schulze**  
T +41 71 221 10 73  
beckenbodenzentrum.stephanshorn  
@hirslanden.ch  
Kontaktformular unter  
[www.hirslanden.ch/sh-bbz](http://www.hirslanden.ch/sh-bbz)

### **Das interdisziplinäre Beckenboden-Board**

Die Spezialisten treffen sich regelmässig und analysieren schwierige Fälle oder kombinierte Krankheitsbilder aus jeder fachlichen Perspektive, um daraus den besten Therapieplan zu erarbeiten. Bei den Besprechungen sind weitere Fachbereiche wie Physiotherapie und Schmerztherapie anwesend. Auch ihre Fachexpertise fliesst in den optimalen Therapieplan mit ein.

## KOMPETENZ, DIE VERTRAUEN SCHAFFT.

IHRE GESUNDHEIT STEHT BEI UNS IM MITTELPUNKT. DAFÜR SETZEN WIR UNS TÄGLICH EIN. ALS GRÖSSTES MEDIZINISCHES NETZWERK DER SCHWEIZ SIND WIR FÜHREND IN DER SPEZIALÄRZTLICHEN MEDIZIN, RADIOLOGIE UND DIAGNOSTIK. MIT UNSEREN KLINIKEN, NOTFALLSTATIONEN, AMBULANTEN OPERATIONSZENTREN SOWIE UNSEREN RADIOLOGIE- UND RADIOTHERAPIEINSTITUTEN SIND WIR IMMER FÜR SIE DA.

### UNSERE KLINIKEN AUF EINEN BLICK



[WWW.HIRSLANDEN.CH/STANDORTE](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/STANDORTE)

BERATUNG UND INFORMATION  
HIRSLANDEN HEALTHLINE 0848 333 999

FOLGEN SIE UNS AUF



**NOTFALLAUFNAHME 24H-365D**  
**T +41 71 282 74 74**

#### **BECKENBODENZENTRUM**

ÄRZTEHAUS SCHUPPIS  
SCHUPPISSTRASSE 10  
9016 ST.GALLEN  
T +41 71 221 10 73  
[BECKENBODENZENTRUM.STEPHANSHORN@HIRSLANDEN.CH](mailto:BECKENBODENZENTRUM.STEPHANSHORN@HIRSLANDEN.CH)

#### **KLINIK STEPHANSHORN**

BRAUERSTRASSE 95  
9016 ST.GALLEN  
T +41 71 282 71 11  
[KLINIK.STEPHANSHORN@HIRSLANDEN.CH](mailto:KLINIK.STEPHANSHORN@HIRSLANDEN.CH)

[WWW.HIRSLANDEN.CH/SH-BBZ](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/SH-BBZ)  
[WWW.HIRSLANDEN.CH](http://WWW.HIRSLANDEN.CH)

