

HIRSLANDEN TRAINING 

BECKENBODEN- REHABILITATION



BESCHWERDEBILDER

- Urinverlust
- Reizblase
- Stuhlverlust
- Windverlust
- chronische Verstopfungen
- Gebärmuttersenkungen
- Nach Prostata Operationen
- Beckenschmerzen
- Probleme/Beschwerden beim Geschlechtsverkehr
- usw.

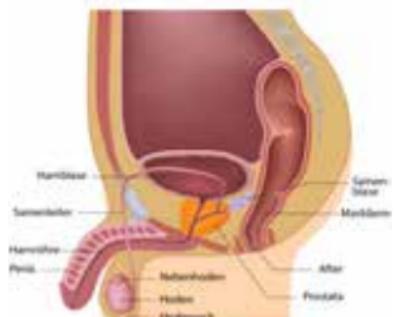
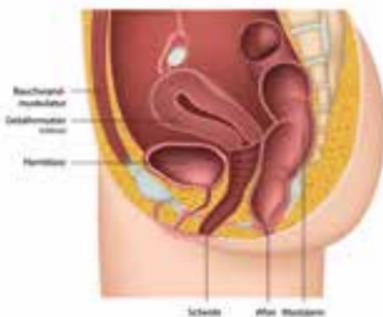
Therapieinhalte

- Anatomie und Wahrnehmung des Beckenbodens
- Die Mechanismen, die den Beschwerden zugrunde liegen, kennen und verstehen lernen
- Haltungsschulung und Beckenbodenbewusstes Verhalten im Alltag
- individuelles Heimprogramm
- Biofeedback und Elektrostimulation

Beckenboden-Lage und Funktionen

Der Beckenboden besteht aus drei Muskel- und Bindegewebsschichten, welche den Bauchraum nach unten abschliessen.

Die Aufgaben des Beckenbodens sind der Verschluss der Beckenbodendurchtritte (Harnröhre, Enddarm und Scheide), das Tragen des gesamten Bauchrauminhalts und die Sexualfunktion.



Ablauf

Wir arbeiten auf **ärztliche Verordnung**. Die Behandlung wird von der Krankenkasse übernommen. Sprechen Sie daher zuerst mit ihrem Gynäkologen.

Die Beckenbodentherapie ist eine **Einzeltherapie**.
Sportkleidung ist nicht erforderlich.

In der ersten Sitzung steht das **Aufnahmegespräch (Anamnese)** im Vordergrund. Es geht dabei darum, die ganze Geschichte und Problematik überblicken zu können. Zudem ist es uns wichtig, eine vertrauensbasierte Beziehung aufzubauen.

In der zweiten Sitzung steht die **Befunderhebung** sowie die Erklärung der Anatomie und Instruktion erster Übungen an.

Daraus folgend werden die restlichen Sitzungen aufgebaut. Sehr wichtig ist dabei, das Heimprogramm konsequent zu Hause durchzuführen.

Am Ende der Sitzungen stehen die Retests zur Bestätigung unseres Therapieerfolgs an.

Therapiedauer

Eine Verordnung umfasst in der Regel 9 Sitzungen, welche wir über längere Zeit (ca. 3 Monate) verteilen. Drei Monate ist auch die Zeitspanne, mit welcher Sie rechnen müssen, bis sich messbare Erfolge einstellen. Bei weiterem Bedarf nehmen wir Rücksprache mit dem behandelnden Arzt, um das weitere Vorgehen und das Einsetzen einer weiteren Therapieverordnung zu besprechen.

KOMPETENZ, DIE VERTRAUEN SCHAFFT.

IHRE GESUNDHEIT STEHT BEI UNS IM MITTELPUNKT. DAFÜR SETZEN WIR UNS TÄGLICH IN DEN 17 KLINIKEN, 4 AMBULANTEN PRAXISZENTREN, 16 RADIOLOGIE- UND 4 RADIOTHERAPIE-INSTITUTEN SOWIE IN DEN AMBULANTEN CHIRURGIEZENTREN UND NOTFALLSTATIONEN EIN. AUCH IN IHRER REGION SIND WIR FÜR SIE DA: AARAU, BERN, BIEL, CHAM, DÜDINGEN, GENÈVE, HEIDEN, LAUSANNE, LUZERN, MEGGEN, MÜNCHENSTEIN, SCHAFFHAUSEN, ST.GALLEN, ZÜRICH.

DETAILS ZU DEN STANDORTEN FINDEN SIE AUF:
WWW.HIRSLANDEN.CH/STANDORTE



BERATUNG UND INFORMATION
HIRSLANDEN HEALTHLINE 0848 333 999

HIRSLANDEN TRAINING

AZ-MEDIENHAUS
BAHNHOFSTRASSE 41
5000 AARAU
T +41 62 836 75 00



WWW.HIRSLANDEN-TRAINING.CH