

## Nur schnell auf's WC !

Beckenbodenschwäche, Blasenentzündungen, Organsenkungen, schwere Geburten, Gewebeveränderungen (z.B. im Klimakterium), bei Prostatavergrößerungen bzw. postoperativen Beschwerden, ungünstige Körperhaltungen usw. können eine Harninkontinenz verursachen bzw. verstärken.

In der Praxis Gesund am See erwartet Sie eine individuelle, auf Sie abgestimmte Therapie.

### 1) Diagnostik:

Eine körperliche Befundung sowie eine genaue Erfassung der Entstehung Ihrer Situation ist die Basis für eine individuell gestaltete Therapie.

### 2) Therapie:

Physiotherapie und Biofeedback sind zwei sich hervorragend ergänzende Behandlungsformen, um wieder Harn- und Stuhlkontrolle zu erlangen. Biofeedback wird vorrangig bei Frauen angewandt.

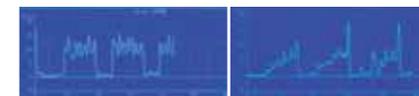


### Physiotherapie:

Mit physiotherapeutischen Techniken und individuell auf Sie abgestimmten Übungen begleite ich Sie um körperliche Dysbalancen auszugleichen. Sie werden eine neue Wahrnehmung ihres Körpers erlangen und mit neuem Wissen ihre Schwächen meistern.

### Biofeedback:

Muskularbeit wird sichtbar! Sie lernen zweifach: einerseits trainieren Sie ihren Beckenboden mit einer Vaginal- bzw. Rektalsonde, andererseits können Sie ihre Muskelaktivität am Display kontrollieren, Schwächen erkennen und diese gezielt selbst beeinflussen.



Biofeedback macht ein zielorientiertes Beckenbodentraining möglich!

