

# UNSER KONZEPT FÜR SIE

## FACHÄRZTLICHE BETREUUNG

Im Rahmen der Erstkonsultation erfolgt ein ausführliches Anamnese- und Aufklärungsgespräch mit einem speziell ausgebildeten Facharzt, bei dem die Form der Inkontinenz und mögliche Ursachen erhoben und Ihr Behandlungs- und Therapiekonzept individuell festgelegt werden. Dies wird natürlich medizinisch begleitet bzw. erfolgt ein permanenter interdisziplinärer Informationsaustausch durch unsere Experten.

Im Rahmen der ärztlichen Abschlussordination erfolgt eine gemeinsame Evaluierung und Planung Ihrer weiteren Betreuung.

## PHYSIOTHERAPIE

Ziel der Physiotherapie ist durch gezieltes und individuell zugeschnittenes Training die Beckenbodenmuskulatur zu stärken und zu kräftigen.

Unsere erfahrenen und spezifisch geschulten Physiotherapeuten helfen Ihnen dabei, zusätzlich Verhaltensregeln zur Entlastung des Beckenbodens zu erlernen und in der Praxis umzusetzen.

Ein wesentlicher Baustein in unserem Beckenboden-Therapiekonzept ist die Aktivierung der Beckenbodenmuskulatur durch eine spezielle Ionen-Induktions-Therapie (IIT) vor jeder Physiotherapie.

Darüber hinaus wird zur verbesserten Wahrnehmung des Beckenbodens, zur Kontrolle der richtigen Muskelanspannung und zum Training unterstützend unser modernes Biofeedback-System eingesetzt.

Reicht aktives Training alleine nicht aus, so kann dieses durch Elektrostimulation ergänzt werden. Hier besteht auch die Möglichkeit, sich diese nach Einschulung für das weiterführende Training als Heimgerät durch unseren Facharzt verordnen zu lassen.



## ERNÄHRUNGSBERATUNG

Eine Änderung der Ernährungsgewohnheiten ist vor allem bei Stuhlinkontinenz oft hilfreich. Zum einen begünstigt Übergewicht die Inkontinenz, zum anderen können bestimmte Lebensmittel die Beschwerden verschlimmern. Bei einem persönlichen Ernährungsgespräch mit unserer geschulten Diätologin erhalten die Betroffenen wichtige Tipps und Ernährungsempfehlungen, welche bei der Gewichtsreduktion unterstützen und Informationen über den Einsatz von sinnvollen bzw. zu meidenden Lebensmitteln. Darüber hinaus können individuelle Unverträglichkeiten wie Laktose- und Glutenintoleranz anhand von spezifischen ganzheitsmedizinischen Tests abgeklärt werden.

Wir möchten Sie einladen Kontakt mit uns aufzunehmen. Gemeinsam sorgen wir für eine optimale Behandlung.



# BECKENBODEN- THERAPIEKONZEPT

URSACHEN UND THERAPIE-  
MÖGLICHKEITEN VON  
INKONTINENZ



Medizin die bewegt

Revital Aspach GmbH & Co KG | A-5252 Aspach/OÖ | Revitalplatz 2  
Tel.: +43 (0)7755/6801 | Tel.: +43 (0)7755/6801-45  
office@revital-aspach.at | [www.revital-aspach.at](http://www.revital-aspach.at)



Medizin die bewegt

Um Sie bestmöglich zu unterstützen haben wir im Revital Aspach ein innovatives Konzept zur Beckenbodentherapie eingeführt. Ein erfahrenes Team aus Fachärzten, Physiotherapeuten und Ernährungsexperten hilft Ihnen die komplexen Beeinträchtigungen des Beckenbodens in den Griff zu bekommen und so ein Stück Lebensqualität wieder zu erhalten.



Unfreiwilliger Harn- und Stuhlverlust bzw. häufiger Harn- und Stuhldrang stellen für die Betroffenen eine erhebliche Belastung dar. Die Beeinträchtigung im Alltag ist enorm. Aus Angst davor, dass jemand etwas bemerken könnte, kann dies bis zum sozialen Rückzug führen. Aufgrund von Schamgefühl wird dieses Problem häufig verschwiegen. Obwohl in Österreich geschätzt jede 4. Frau und jeder 10. Mann von Harninkontinenz und ca. 5% aller Berufstätigen von Stuhlinkontinenz betroffen sind, ist Inkontinenz nach wie vor ein Tabuthema.



## URSACHEN DER INKONTINENZ

Es gibt viele Gründe für Veränderungen der Blasen- und Darmfunktion.

Eine Schwächung der Beckenbodenmuskulatur bzw. des Schließmuskels ist einerseits eine normale Folge des Alters. Schwangerschaft/Geburt, über Jahre geübtes Pressen bei chronischer Verstopfung oder Übergewicht belasten jedoch den Beckenboden zusätzlich.

Operationen im Beckenbereich (Prostata, Gebärmutter, Mast- oder Enddarm) oder Verletzungen bei der Geburt können Auslöser einer Inkontinenz sein.

Altersbedingte Erkrankungen (Morbus Parkinson, Demenz, eingeschränkte Mobilität), Diabetes mellitus, diverse Medikamente sind weitere Ursachen für Inkontinenz.

## Formen der Inkontinenz

- ◆ **Belastungsinkontinenz** ist die häufigste Form der Harninkontinenz. Sie ist gekennzeichnet durch unwillkürlichen Harnabgang bei körperlichen Belastungen wie Husten und Niesen oder Heben von Gegenständen.
- ◆ **Dranginkontinenz** ist gekennzeichnet durch häufigen Harn- oder Stuhldrang. Die Betroffenen müssen rasch eine Toilette aufsuchen.
- ◆ Bei der **gemischten Inkontinenz** treten Symptome der Belastungs- als auch der Dranginkontinenz auf.
- ◆ Die **Stuhlinkontinenz** reicht von Stuhlschmierereien in der Unterhose bis hin zum unfreiwilligen Abgang von Winden oder Stuhl.

