

Endometriose und Physiotherapie

Liebe Patientin,

Beschwerden bei Endometriose können das muskuloskeletale System, aber auch die Organfunktion von Darm und Blase sowie die Sexualität betreffen.

Wenn Schmerzen im Beckenbereich auftreten, ist meistens die Beckenbodenmuskulatur mitbeteiligt. Diese umschliesst Harnröhre, Darm und Scheide und können so die Kontrolle über Stuhlgang, Urinlösen oder die Sexualität beeinflussen. In der Beckenbodentherapie gehen wir diese Beschwerden zusammen an.



Endometriose: Der Beckenboden spielt eine wichtige Rolle.

Therapieinhalte

Mögliche Therapieinhalte werden vorher mit Ihnen abgesprochen.

- Zur Schmerzlinderung stehen uns verschiedene Möglichkeiten zur Verfügung wie Bewegungstherapie/Ganzkörpertraining, Elektrotherapie, Weichteiltherapie oder auch eine Schmerzedukation.
- Das Ziel von Beckenbodentraining kann eine Normalisierung der Muskelspannung und eine Verbesserung all ihrer Funktionen sein. Dazu können wir bei Bedarf eine Beckenbodenuntersuchung durchführen oder auch Biofeedback oder Ultraschall (äusserlich) kann zum Einsatz kommen.
- Informationen über WC-Verhalten oder Entleerungstechniken können Organbeschwerden verbessern oder eliminieren.
- Oft ist Geschlechtsverkehr aufgrund der Schmerzen gar nicht möglich. Dabei geht es in der Therapie unter anderem darum, die Muskelspannung zu normalisieren, die schmerzhaften Anteile der Beckenbodenmuskeln zu behandeln und die Beckenbodenfunktion zu optimieren. Auch kann eine Desensibilisierung am Scheideneingang helfen.

Haben Sie noch Fragen?

Gerne stehen Ihnen die Mitarbeitenden der Physiotherapie zur Verfügung.

Physiotherapie

Sekretariat

Zentrale +41 56 486 21 11

Direkt +41 56 486 39 93

move@ksb.ch

Unten sehen Sie einzelne Beispiele aus dem Therapiealltag:

Entspannung Beckenboden/Atmung



Biofeedback des Beckenbodens



Edukation



Rumpftraining

