Etwas dafür tun

Moderne Beckenbodentherapie setzt sich neben den Folgen auch mit den Ursachen auseinander.

Die Schwäche oder Verspannung des Beckenbodens kann viele Ursachen haben.

Frühere Operationen, Verletzungen, aber auch Rücken-, Hüft- oder Beckenprobleme verhindern oft, das Sie Ihren Beckenboden gut anspannen oder entspannen können.

Diese Zusammenhänge werden am Anfang der Physiotherapie ermittelt und sind Grundlage für einen individuellen Therapieplan.

PHYSIOTHERAPIE MOSER & KLUMPP

Moderne Beckenbodenrehabilitation

Früher war Beckenbodenrehabilitation oft nur mit intimen Methoden möglich.

Die Moderne Beckenbodenrehabilitation kommt jetzt **ohne Intimkontakte** aus.

Sie ist dadurch sowohl **für Frauen als auch für Männer** gleichermassen sinnvoll anwendbar.

Die Beckenbodenrehabilitation wird **von Ihrer Krankenkasse** mit der Physiotherapieverordnung **bezahlt**.

Physiotherapie Moser & Klumpp
Paradiesstrasse 78a
4102 Binningen

Tel: 061.4213666
Fax: 061.4214505

Email: physio78@bluewin.ch
Homepage: www.physiotherapie-binningen.ch
Facebook: www.facebook.com/PhysiotherapieBinningen

BECKENBODENREHABILITATION für Frauen und Männer

Der Beckenbodentrainer

- Komfortabeles Training mit Kleidung.
- Biofeedback- Feedforward- und Antischwerkrafts-training.
- Einfache Software, übersichtlich und menugesteuert.
- Medizinischer Rapport bezüglich Kraft, Koordination, Schnelligkeit & Entspannung.
- Reproduzierbare und validierte Trainingsmuster.
- Ohne ungewollte Nebenwirkungen.
- Medizinisch zertifiziert.

Oft gestellte Fragen

Was ist der Beckenbodenmuskel?
Der Beckenbodenmuskel schliesst das ganze Becken unten ab, hat aber Durchgänge, wie Enddarm, Geschlechtsorgane und Urinleiter.

Warum macht der Beckenboden oft Probleme?
Der Beckenbodenmuskel muss sowohl gut anspannen als auch gut entspannen können. Diese extremen Anforderungen stehen mit einander in Konflikt.
Der Muskel ist dadurch schneller überfordert.

Hilft Beckenbodentraining gegen Inkontinenz?
Der innere Schliessmuskel der Blase öffnet sich bei voller Blase automatisch; nur der Beckenboden hält Sie dann noch Trocken. Wenn der Beckenboden dafür zu schwach ist, muss dieser auftrainiert werden.

Hilft Beckenbodentraining gegen Erektionsstörungen?
Erektionsstörungen entstehen durch eine verringerte Durchblutung und eine Schwäche des Beckenbodens den Bluttrückfluss zu aufzuhalten. Beckenboden-training hilft die Durchblutung zu verbesseren und den Bluttrückfluss zu verringern.

Hilft Beckenbodentraining gegen Rückenbeschwerden?
Rückenbeschwerden entstehen oft, wenn die Coremuskeln (Rückenstreck-, Bauch- Atem- und Becken bodenmuskulatur) nicht gut zusammen-arbeiten. Einzeltraining des Beckenbodenmuskels ist dafür sehr wichtig und sollte durch Gesamtkörper-training ergänzt werden.

Feedbacktraining

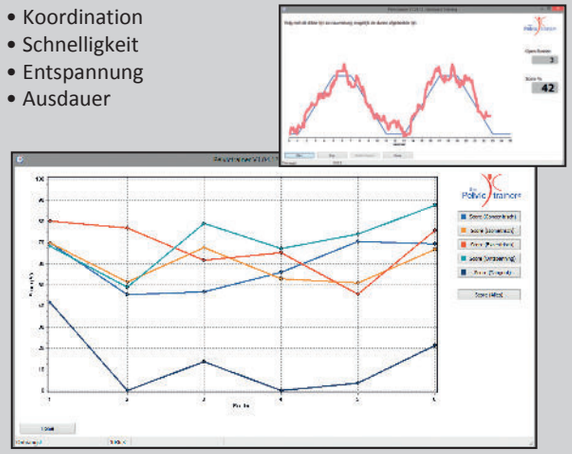
Testen Trainieren Evaluieren

Testen, Therapieren & Trainieren

Durch softwaregestützte Evaluationsmöglichkeiten ist es möglich die Funktionen des Beckenbodens besser zu verstehen.

Mit modernsten Methoden evaluieren wir:

- Kraft
- Koordination
- Schnelligkeit
- Entspannung
- Ausdauer



Das Leben mit einen gesunden Beckenboden geniessen!