Physio & Beckenbodentherapie

Ewa Schmidt · Winterthur

Beckenbodenphysiotherapie – spezialisierte Therapie für Frauen



Der Beckenboden erfüllt wichtige Funktionen für die Blasen- und Darmkontrolle, die Stabilität des Rumpfes und das körperliche Wohlbefinden.

Veränderungen der Beckenbodenfunktion können in unterschiedlichen Lebensphasen auftreten. Schwangerschaft, Geburt, hormonelle Veränderungen, Operationen oder andere körperliche Belastungen können dabei eine Rolle spielen.

Ganzheitliche und zielorientierte Therapie, bei Bedarf mit Biofeedback oder Elektrostimulation.

Wann kann Beckenbodenphysiotherapie sinnvoll sein?

• Belastungsinkontinenz: Ungewollter Urinverlust beim Husten, Niesen, Lachen oder bei sportlichen Aktivitäten.

• Überaktive Blase (OAB wet und dry): Häufiger und plötzlich auftretender Harndrang, teilweise verbunden mit ungewolltem Urinverlust.

• Beschwerden während und nach der Schwangerschaft: Zum Beispiel Rücken- und Beckenschmerzen oder eine Rektusdiastase.

• Senkungsbeschwerden: Druck- oder Fremdkörpergefühl im Bereich der Scheide.

• Rücken- und Beckenschmerzen: Beschwerden im Alltag oder bei körperlicher Belastung.

• Schmerzen im Becken- und Genitalbereich.

• Dyspareunie: Schmerzen beim Geschlechtsverkehr.

• Blasen- und Darmentleerungsstörungen.

• Endometriosebedingte Beschwerden.

• Stuhlinkontinenz.

Ihr erster Termin

Wir besprechen Ihre Beschwerden und Ziele. Danach erkläre ich Ihnen die Untersuchung und wir stimmen die nächsten Schritte gemeinsam ab.