



## **REHASPRING** KONCEPT PÁNEVNÍHO DNA

- \_ Vyhodnocení funkce svalů pánevního dna
- \_ Prevence úniku moči
- \_ Management terapie
- \_ Pro ženy i muže





**ULTRAZVUK** ↻  
pro diagnostiku aktivity  
a relaxace svalů pánevního dna

## Adresa ordinace:

Krajní 2075  
250 88 Čelákovice

tel. 773 552 722



[www.ppalvic.com](http://www.ppalvic.com)

## TRÁPÍ VÁS ÚNIK MOČI?

- \_ Jednou z příčin úniku moči při zvýšeném vnitrobřišním tlaku jsou oslabené svaly pánevního dna.
- \_ Projevy stresové inkontinence:
  - \_ únik moči při kašli, kýchnutí, smíchu
  - \_ únik moči během skákání/běhání
  - \_ únik moči při zdvihání těžších věcí
  - \_ přetrvávající projevy inkontinence po porodu.
- \_ Rizikové faktory stresové inkontinence:
  - obezita, těžké porody (novorozenci nad 4 kg),
  - chronický kašel, pokročilý věk, stavy po operacích prostaty u mužů, stavy po gynekologických operacích u žen, klimakterium, a další.

## NEDAŘÍ SE VÁM OTĚHOTNĚT?

- \_ Problémy s početím u žen bývají často podmíněny fyziologickými dysfunkcemi svalů pánevního dna, které lze pomocí fyzioterapie ovlivnit.
- \_ Co byste měla vědět:
  - \_ Víte jaká je funkce svalů pánevního dna?
  - \_ Máte vyšetřené svaly pánevního dna per vaginam?
  - \_ Umíte aktivovat a relaxovat svaly pánevního dna?
  - \_ Máte sestaven léčebně-tréninkový plán?

## DIAGNOSTIKA & MOŽNOSTI TERAPIE

- \_ Speciální vyhodnocení funkce svalů pánevního dna.
- \_ Zhodnocení síly pánevního dna přístrojem Peritone.
- \_ Vyšetření pánevního dna přes pochvu, per rektum u mužů.
- \_ Na základě vyšetření vám sestavíme individuální léčebně-tréninkový plán.
- \_ Doporučíme vám pomůcku, která vám pomůže lépe aktivovat a relaxovat svaly pánevního dna.



Objednávejte se na terapii  
**ONLINE v systému Medevio** ↻  
[my.medevio.cz/fyzi-rehaspring](http://my.medevio.cz/fyzi-rehaspring)

