

## Textnummer 62827

Staatsbad und Touristik Bad Bocklet GmbH

---

Auftrags-Nr.: 2147274418

Laufzeitbeginn: 09.04.2019

Auftrags-Bez.: Rehasentrum Bad Bocklet 2019 - Print

Modul/Aussendung: PR-Artikel mit Basisaussendung /

Überschrift: Kraft aus der Körpermitte

Randspalte (Unterüberschrift): Mit einer Beckenbodenkur können Frauen und Männer die Kontrolle zurückgewinnen

**Text:** (djd). Inkontinenz gehört zu den Themen, über die ungern gesprochen wird. Dabei ist die Fehlfunktion, bei der unkontrolliert Harn abgeht, keineswegs selten. Schätzungen zufolge sind über sechs Millionen Deutsche davon betroffen. Aus anatomischen Gründen sind etwa zwei Drittel von ihnen Frauen. Mit zunehmendem Alter nimmt die Wahrscheinlichkeit einer behandlungsbedürftigen Blasenschwäche zu. Nach einer schweren Geburt, einer gynäkologischen Operation, beim Lachen, Niesen, Joggen oder Hüpfen kann sie bereits bei jungen Frauen auftreten. Bei Männern kommt sie bis zum 50. Lebensjahr vergleichsweise selten vor. Im Anschluss an eine Operation der Prostata oder der Harnblase haben jedoch auch männliche Patienten damit zu kämpfen, dass sie den Harn nicht mehr halten können.

Inkontinenz vorbeugen - Harnkontrolle verbessern

Viele Betroffene versuchen das Problem zu verdrängen und scheuen sich, selbst mit ihrem Arzt über ihre Probleme zu sprechen. Dabei gibt es wirksame Behandlungsmethoden. "Mit einem gezielten Training des Beckenbodens lässt sich einer Inkontinenz vorbeugen und die Harnkontrolle deutlich verbessern", macht Dr. Thomas Seyrich Hoffnung auf mehr Lebensqualität. Der Leitende Oberarzt für Urologie und Andrologie des Reha- und Präventionszentrums Bad Bocklet empfiehlt eine einwöchige Beckenboden-Kur, bei der Patienten die Behandlungsmöglichkeiten kennenlernen können. Unter [www.rehasentrum-bb.de](http://www.rehasentrum-bb.de) steht ein Flyer mit ausführlichen Angaben zum möglichen Therapieverlauf zum Download bereit.

Passives Training kann auch bei Potenzproblemen helfen

Neben aktiven Übungen haben Patienten in Bad Bocklet die Möglichkeit, den Beckenboden passiv zu trainieren - mit der Pelvi-Center-Therapie. Die Betroffenen selbst müssen gar nichts tun. Im bequemen Relax-Sessel wirken spezifische Impulswellen auf den Beckenboden und die korrespondierenden Nerven ein. Das führt in genau dosierten rhythmischen und individuell abgestimmten Abständen zu einer wechselseitigen Anspannung und Entspannung der Beckenbodenmuskulatur. "Das ist wirksames Training für eine Muskelgruppe, die sich ansonsten nur schwer, wenn überhaupt, willentlich beeinflussen und gezielt trainieren lässt", so Dr. Seyrich. Zusätzlich kann die Behandlung sogar für die Sexualität von Vorteil sein. Bei Männern mit Potenzstörungen kann eine trainierte Beckenbodenmuskulatur die

sexuelle Leistungsfähigkeit wieder steigern. Frauen können mit einem starken Beckenboden ihre Orgasmusfähigkeit verbessern.

Maximale Zeichenanzahl: 2700

Aktuelle Zeichenanzahl: 2527

**Infokasten:** Training für mehr Lebensqualität (djd). Die für die Lebensqualität von Männern und Frauen wichtige Beckenbodenmuskulatur ist ein komplexes Zusammenspiel von Bändern, Faszien und Muskeln. Übergewicht, körperliche Überlastung, Operationen, Medikamente und Geburten können sie schwächen. Mit einem gezielten Präventionsprogramm lässt sie sich wieder aufbauen. Weitere Infos gibt es unter [www.rehazentrum-bb.de](http://www.rehazentrum-bb.de). Die drei Hauptfunktionen der Beckenbodenmuskulatur sind: - Anspannen zur Sicherung der Kontinenz von Harn und Stuhl - Entspannen beim Wasserlassen, beim Stuhlgang, beim weiblichen Orgasmus, bei Erektion - Automatisches Gegenhalten, als Reaktion auf eine Druckerhöhung im Bauchraum beim Niesen, Husten, Lachen, Hüpfen und Tragen schwerer Lasten

Maximale Zeichenanzahl: 800

Aktuelle Zeichenanzahl: 779

Kundenwebseite: [www.rehazentrum-bb.de](http://www.rehazentrum-bb.de)

Quelle: Staatsbad und Touristik Bad Bocklet GmbH, Bad Bocklet



Bild-Nummer: 136803

Fotonachweis: Foto: djd/Staatsbad und Touristik Bad Bocklet/Adobe Stock/R. Kneschke

Bildunterschrift: Leben unbeschwert genießen: Frauen und Männer, die ihren Beckenboden trainieren, können einer Blasenschwäche entgegenwirken.



Bild-Nummer: 136804

Fotonachweis: Foto: djd/Staatsbad und Touristik Bad Bocklet/Adobe Stock/R. Kneschke

Bildunterschrift: Zeit für Zärtlichkeit: Ein Beckenbodentraining kann die sexuelle Leistungsfähigkeit verbessern.



Bild-Nummer: 136805

Fotonachweis: Foto: djd/Staatsbad und Touristik Bad Bocklet/Adobe Stock/A. Sadlowska

Bildunterschrift: Beim Hüpfen und Springen können Frauen mit einer schwachen Beckenbodenmuskulatur schon mal Harn verlieren.



Bild-Nummer: 136152

Fotonachweis: Foto: djd/Kliniken Bad Bocklet AG

Bildunterschrift: Im Pelvi-Center haben Frauen und Männer die Möglichkeit, ihren Beckenboden mit magnetischen Impulsen passiv zu trainieren.



Bild-Nummer: 136153

Fotonachweis: Foto: djd/Kliniken Bad Bocklet AG

Bildunterschrift: Dr. Thomas Seyrich, urologischer Oberarzt im Rehaszentrum Bad Bocklet weiß, wie wichtig ein trainierter Beckenboden für ein unabhängiges Leben im Alter ist.



Bild-Nummer: 136806

Fotonachweis: Foto: djd/Kliniken Bad Bocklet AG

Bildunterschrift: Im Rehaszentrum Bad Bocklet werden Beckenbodenkuren mit effektiven Methoden wie dem Pelvi-Center angeboten.