

Katja Uffenbrink

Informationsbogen zum Beckenbodencheckup

Liebe Patientin,

ich freue mich, dass sie sich dafür entschieden haben, an einem fachgerechten, physiotherapeutischen Checkup Ihres Beckenbodens und der angrenzenden Strukturen wie Becken, Lendenwirbelsäule und Hüftgelenke teilzunehmen.

Ziel dieser Untersuchung wird es sein, Probleme in diesen Bereichen zu finden und zu differenzieren, um, mit Ihnen gemeinsam, ein für Sie individuelles Hilfsangebot zu erarbeiten. Damit Schwächen, Wahrnehmungsproblematiken in der Aktivierung des Beckenbodens, Schmerzen oder starke Spannungen in dem Bereich gefunden werden, wird im Rahmen des Checkups eine physiotherapeutisch- gynäkologische Untersuchung stattfinden, die aus Aktivierungstests und Herausfinden von Schmerzbereichen im Muskel- und Organbereich des kleinen Beckens besteht.

Diese Untersuchung wird Ihnen die Möglichkeit eröffnen, ihren Beckenboden so wahrzunehmen, dass Sie diesen danach physiologisch korrekt anspannen aber auch entspannen können und wissen, was zu tun ist, um Probleme in diesem Bereich zu verhindern oder zu lösen. Hierzu wird es nach dem Befund eine ausführliche Beratung und Anleitung geben. Schmerzen durch Narben, Verklebungen oder erhöhte Spannungen werden während des Befundes bereits behandelt, damit Sie hinterher zu Hause eigenständig an der Verbesserung weiterarbeiten können.

Weiterhin wird nach Dysfunktionen in den umliegenden Bereichen (Lenden-Becken-Hüftbereich) gesucht, denn auch diese beeinflussen die Spannung des Beckenbodens oder werden durch diesen beeinträchtigt. Wenn möglich werden gefundene Dysfunktionen ebenfalls umgehend mit behandelt.

Der Checkup wird ungefähr eine Stunde in Anspruch nehmen.

Bitte bringen Sie hierzu ein großes Handtuch und die auf unserer Website in den Anhängen befindliche Einverständniserklärung zur Untersuchung mit Ihrer Unterschrift mit!

Ihre **Katja Uffenbrink** von der Praxis Uffenbrink in Wittmund