

Infoblatt Beckenboden- & Rektusdiastase Check: 60 Minuten

- Anamnese
 - Ausführliches Anamnesegespräch über Beweggründe, Wünsche und Probleme
 - Ich zeige Dir die für dich am besten bzw. aussagekräftigsten Möglichkeiten des Befundes auf. Ich erkläre dir vor der Untersuchung alles in Ruhe, Du kannst alle Fragen stellen und wir machen nur, was du möchtest!
- Befund
 - Vaginale Tastuntersuchung im Liegen und Stehen (Einführen eines Fingers in die Scheide): um die Kraft, die Kraftausdauer, die Entspannungsfähigkeit und die Organlage (Gebärmutter, Blase, Darm) zu beurteilen
 - Ultraschall- Untersuchung des Beckenbodens und der Bauchmuskulatur im Liegen und Stehen: am Bauch, oberhalb des Schambeins und/ oder am Damm: um die Kraft, die Kraftausdauer, die Entspannungsfähigkeit und die Organlage (Gebärmutter, Blase, Darm) zu beurteilen
 -
 - Bauchmuskulatur/ Rektusdiastase
 - Funktionstest
- Auswertung/ Besprechung
- Übungen/ Procedere und ev. Hilfsmittel

Noch ein paar Dinge zur Tastuntersuchung: Es ist die effektivste Methode für Mich und Dich deinen Beckenboden zu spüren! Ich als Therapeutin bin mir gewohnt mit meinen Händen/ Fingern zu arbeiten und um einen genauen Befund zu bekommen muss ich direkt an die betroffenen Strukturen (ein Knie befunde/ behandle ich auch nicht durch die Hose).

Ich verstehe sehr gut, wenn Du Bedenken wegen der Tastuntersuchung hast! Ich gehe sehr einfühlsam und vorsichtig vor und wir haben eine entspannte Atmosphäre. Ich erkläre Dir vorab jeden Schritt und du kannst jederzeit Fragen stellen. Natürlich kannst Du auch jederzeit die Untersuchung abbrechen! Auch dafür habe ich vollstes Verständnis!

Kontakt einzigartICH:

Anne-Louise Haas

Physiotherapeutin MSc, Beckenbodentherapeutin, Rektusdiastasespezialistin

Mobile: +41 (0)76 402 64 26

E-Mail: physiotherapie.haas@yahoo.com