



## Praxisinformation:

## Beckenboden Erstkontakt

### Inhalt

#### Gespräch

Eine auf Sie eingehendes Gespräch ist mir wichtig. Sie sollen Ihre Symptome und Beschwerden schildern können und folgende Fragen werde ich stellen:

Alle Fragen zu Ihren Beschwerden:

1. Seit wann, wo und wie sind die Beschwerden? Nur im Beckenboden oder haben Sie auch andere Beschwerden?
2. Was genau ist die Problematik? Inkontinenz und/oder Verhalt (Harn und/oder Stuhl), Schmerzen im Beckenboden oder Senkungsgefühl.
3. Was sind auslösende und verbessernde Faktoren?
4. Welche Ärzte und Therapeuten haben Sie schon aufgesucht und mit welchem Ergebnis?
  - Behandlungsunterlagen können Sie in Ihrem persönlichen dashboard / Dokumentenablage hochladen
5. Was glauben Sie selbst ist die Ursache Ihrer Beschwerden?

#### Zusammenfassung

Im gemeinsamen Gespräch erörtern wir dann die Möglichkeit einen Beckenboden Check bei Ihnen durchzuführen. Ich erläutere Ihnen ganz genau, was ich in einem nachfolgenden Termin (Beckenboden Check 50 Min.) dann wie untersuche und wie Sie sich auf die Untersuchung vorbereiten sollten.

Dieses dauert in der Regel mind. 25 Minuten. Dieses Erstgespräch als Vorbereitung zu einem Beckenbodencheck kann auch als Videosprechstunde stattfinden.

#### Untersuchung & Therapie

Je nach Zusammenhang mit Bauch, Rücken oder Hüftgelenken untersuche ich Sie mit meinen Händen und Augen. Ggf. nutze ich auch einen Ultraschall, um Ihre Muskeln oder Gelenke zu beurteilen oder die Koordination Ihrer Bauchmuskeln mit Ihren Beckenbodenmuskeln zu beurteilen. Im Erstkontakt schalle ich aber maximal nur die Blase und/oder die Bauchmuskulatur über den Unterbauch. Dieses dauert dann insgesamt 50 Minuten.

