

Inhaltsverzeichnis

1	Charakteristika der Arbeitsfelder Gynäkologie und Geburtsvorbereitung				12
1.1	Tabus, die zum Glück keine mehr sind!	12	1.2	Physiotherapeuten und Hebammen	12
2	Physiotherapie bei hormonellen Veränderungen.....				16
2.1	Charakteristika des Arbeitsfeldes	16	2.5	Physiotherapeutische Behandlung bei Störungen im Klimakterium	22
2.2	Lebensphasen der Frau.....	16	2.5.1	Therapie von postmenopausalen Gewichtsproblemen.....	22
2.2.1	Pubertät.....	16	2.5.2	Osteoporoseprävention.....	23
2.2.2	Phase des Menstruationszyklus ...	16	2.5.3	Krafttraining	23
2.2.3	Klimakterium	16	2.5.4	Ausdauersport.....	24
2.2.4	Menstruationszyklus	18			
2.3	Ärztliche Diagnostik und Therapie bei hormonellen Störungen.....	20	2.6	Inkontinenz, Senkungsbeschwerden und Schmerzen im Beckenbereich.....	24
2.3.1	Diagnostik	20	2.7	Physiotherapie bei Zyklusstörungen.....	24
2.3.2	Therapie.....	20			
2.4	Physiotherapeutische Untersuchung bei Störungen im Klimakterium	21	2.7.1	Bindegewebsmassage.....	24
			2.7.2	Hydrotherapie und Balneotherapie	25
			2.7.3	Körperwahrnehmungsverfahren und Bewegung	25
2.4.1	Gewichtsprobleme	21			
2.4.2	Herz-Kreislauf-Probleme.....	21	2.8	Literatur	26
2.4.3	Osteoporoserisiko.....	22			
2.4.4	Inkontinenz, Senkungsbeschwerden und Schmerzen im Beckenbereich.....	22			
3	Physiotherapie in der Schwangerschaft				30
3.1	Überblick zum Arbeitsfeld Geburtsvorbereitung	30	3.2.3	Physiotherapeutische Untersuchung	38
			3.2.4	Physiotherapeutische Behandlung.....	39
3.2	Grundlegende Kenntnisse zur Schwangerschaft	30	3.3	Spezielle Kenntnisse zum Geburtsvorgang	43
3.2.1	Veränderungen in der Schwangerschaft.....	30	3.3.1	Geburtsmechanik	43
3.2.2	Ärztliche Diagnostik und Therapie.	34	3.3.2	Positionen während der Geburt...	45

3.3.3	Wehenphysiologie.....	47	3.4	Ziele und Inhalte eines Geburtsvorbereitungskurses.....	55
3.3.4	Geburtsphasen.....	48		3.4.1 Geschichte der Geburtsvorbereitung	55
3.3.5	Schmerzen während der Geburt...	49		3.4.2 Allgemeine Hinweise zur Kursorganisation.....	55
3.3.6	Überwachung während der Geburt	51		3.4.3 Inhalte der Geburtsvorbereitungskurse	56
3.3.7	Operative Geburtsbeendigung	51		3.5 Literatur.....	65
4	Physiotherapie nach der Geburt.....				68
4.1	Charakteristika des Arbeitsfeldes Wochenbettbehandlung.....	68	4.2.12	Bauchmuskulatur	73
			4.2.13	Atmung.....	75
			4.2.14	Baby-Blues (Wochenbettverstimmung).....	75
4.2	Grundlegende Kenntnisse zum Wochenbett.....	68	4.2.15	Laktation (Stillen)	75
			4.2.16	Störungen im Wochenbett.....	78
			4.2.17	Ärztliche Diagnostik und Therapie	82
4.2.1	Hormonelle Umstellung.....	68	4.2.18	Physiotherapeutische Untersuchung der Wöchnerin.....	84
4.2.2	Rückbildung der Gebärmutter (Involution des Uterus).....	68	4.2.19	Physiotherapeutische Behandlung der Wöchnerin.....	86
4.2.3	Rückbildung des Bandapparates der Gebärmutter	69			
4.2.4	Rückbildung von Vagina und Vulva	69	4.3	Spezielle Kenntnisse zur Rückbildungsgymnastik.....	95
4.2.5	Körpergewicht.....	70	4.3.1	Ziele und Inhalte des Rückbildungskurses	95
4.2.6	Körpertemperatur.....	70	4.3.2	Kurseinheiten.....	96
4.2.7	Herz und Kreislaufsystem	70			
4.2.8	Haut.....	70			
4.2.9	Blasenfunktion.....	70			
4.2.10	Darmfunktion	70			
4.2.11	Beckenbodenmuskulatur, bindegewebige Strukturen, Nervenverbindungen	70	4.4	Literatur.....	98
5	Anatomie und Physiologie des Beckenbodens				102
5.1	Einführung	102	5.2.4	Struktur der Muskulatur	114
			5.2.5	Bindegewebige Strukturen am Beckenboden	114
5.2	Struktur und Funktion	102	5.2.6	Muskuläre Funktionszusammenhänge/Ko-Kontraktion/Synergismus.....	116
5.2.1	Die tiefe Beckenbodenschicht (oder Muskeln am Beckenboden) ..	104		Funktion der Beckenbodenmuskulatur.....	117
5.2.2	Die oberflächliche Beckenbodenschicht (oder Muskeln unter- bzw. oberhalb des Beckenbodens).....	108	5.3	Literatur.....	118
5.2.3	Innervationssysteme am Beckenboden	110			

Inhaltsverzeichnis

6	Wichtige Funktionssysteme am Beckenboden	120			
6.1	Speicher- und Entleerungsfunktion der Blase	120	6.2	Speicher- und Entleerungsfunktion des Rektums.....	126
6.1.1	Die Organe des unteren Harntrakts	120	6.2.1	Die Organe des unteren Verdauungstraktes	127
6.1.2	Innervation des unteren Harntraktes	122	6.2.2	Anorektale Muskulatur	130
6.1.3	Speicherphase der Blase	125	6.2.3	Innervation des Rektums.....	132
6.1.4	Entleerungsphase der Blase	125	6.2.4	Funktion des Rektums	133
			6.2.5	Die Speicherphase des Rektums...	133
			6.2.6	Die Entleerungsphase des Rektums (Defäkation).	134
			6.3	Literatur	136
7	Funktionsstörungen an Organsystemen im Beckenbereich	138			
7.1	Speicher- und Entleerungsstörungen der Blase	138	7.2	Anorektale Dysfunktionen	171
7.1.1	Störungen des unteren Harntrakts.	138	7.2.1	Stuhlinkontinenz	172
7.1.2	Inkontinenzformen	140	7.2.2	Ärztliche Diagnostik und Therapie.	175
7.1.3	Ursachen der Inkontinenz.....	141	7.2.3	Physiotherapeutische Untersuchung	177
7.1.4	Vorkommen der Inkontinenz	141	7.2.4	Physiotherapeutische Behandlung.	184
7.1.5	Störungsbilder bei vesikaler und urethraler Dysfunktion	143	7.3	Literatur	190
7.1.6	Diagnostik	143			
7.1.7	Therapie.....	145			
7.1.8	Physiotherapeutische Untersuchung	148			
7.1.9	Physiotherapeutische Behandlung.	160			
8	Senkungsbeschwerden.....	192			
8.1	Genitalsenkung.....	192	8.2.2	Symptome	198
8.1.1	Verschiedene Ebenen des vaginalen Stützapparates (nach Entfernung des Uterus)	194	8.2.3	Ärztliche Diagnostik und Therapie.	199
			8.2.4	Physiotherapeutische Untersuchung bei Senkung	202
			8.2.5	Physiotherapeutische Behandlung bei Senkung.....	203
8.2	Beckenbodensenkung (Descending Perineum Syndrome, DPS)	195	8.3	Literatur	205
8.2.1	Ursachen der Störungen	196			

9	Chronische Schmerzen im Beckenbereich	208
9.1	Biochemische Zusammenhänge	208
9.1.1	Gefahr der Chronifizierung	209
9.3.1	Syndrom des hyperaktiven Beckenbodens	211
9.3.2	Entzündung des Scheidenvorhofs (Vulvar Vestibulitis Syndrome, VVS)	217
9.2	Begriffsdefinitionen	210
9.3	Vorkommen	211
9.3.1	Syndrom des hyperaktiven Beckenbodens	211
9.3.2	Entzündung des Scheidenvorhofs (Vulvar Vestibulitis Syndrome, VVS)	217
9.4	Literatur	228
10	Physiotherapie nach Operationen	237
10.1	Überblick über das Arbeitsfeld	237
10.2	Physiologische Grundlagen funktioneller Rehabilitation	237
10.2.1	Therapie in der Entzündungsphase (0.–5. Tag)	238
10.2.2	Therapie in der Proliferationsphase (5.–21. Tag)	239
10.2.3	Therapie in der Ummauphase (21.–360. Tag)	239
10.4	Physiotherapie nach Brustoperationen	247
10.4.1	Anatomie der Brust	247
10.4.2	Abweichungen, Veränderungen und Erkrankungen der Brust	249
10.4.3	Früherkennung	251
10.4.4	Medizinische Behandlung	252
10.4.5	Physiotherapie bei Frauen mit Brustkrebs	258
10.5	Literatur	270
10.3	Physiotherapie nach Verletzungen und Operationen im Becken	241
10.3.1	Senkungsoperationen mit Kunststoffnetzen/-bändern	243
10.3.2	Operationen am Darm	244
10.3.3	Operationen an der Blase	246
Sachverzeichnis		273