

dedicato alle donne per il miglioramento
della tonicità e funzionalità del pavimento pelvico

I vantaggi

- | prevenzione di disfunzioni dopo il parto e durante tutte le fasi della vita della donna: la tonificazione del pavimento pelvico può garantire una continenza anale e urinaria perfetta e preservare la salute pelvica
- | miglioramento della sensibilità genitale con risvolti favorevoli nella sfera della sessualità
- | possibilità di evitare interventi invasivi utilizzando adeguato approccio riabilitativo in assenza di cause organiche
- | supporto a interventi di chirurgia pelvica e/o a terapie farmacologiche: il trattamento riabilitativo rende le pazienti consapevoli del proprio problema nella gestione delle attività quotidiane e le aiuta a prevenire una possibile ricaduta.

A completamento del servizio è disponibile anche
l'**ambulatorio di sessuologia**.

Gli incontri e le sedute si tengono presso:

Poliambulatorio SYNLAB San Nicolò Como
viale Innocenzo XI, 70
Per informazioni e prenotazioni:
031 2764111 - info.como@synlab.it

Poliambulatorio SYNLAB San Nicolò Lecco78
corso Carlo Alberto, 78
Per informazioni e prenotazioni:
0341 1819020 - info.lecco78@synlab.it



Scansiona il QR code
e prenota online

SYNLAB
PARTNER DI SALUTE

SYNLAB
SAN NICOLÒ CENTRO DIAGNOSTICO

22100 Como (CO)
viale Innocenzo XI, 70 - Tel. 031 2764.111
Direttore Sanitario: Dr. Claudio Carlo Montoli

23900 Lecco (LC)
corso Carlo Alberto, 76/B - Tel. 0341 358.411
corso Carlo Alberto, 78 - Tel. 0341 1819.020
Direttore Sanitario: Dr. Franco Ruffa
san-nicolo.com

LOMBARDIA

ALTRI CENTRI POLIDIAGNOSTICI

SYNLAB
CAM POLIDIAGNOSTICO

SYNLAB
SANTA MARIA

SYNLAB
GOLGI

Ambulatori Polispecialistici | Check-up | Fisioterapia | Day Hospital
| Radiologia | Medicina dello sport | Medicina del lavoro

PUNTI PRELIEVO
nelle province di

Bergamo | Brescia | Como | Cremona | Lecco | Lodi
Mantova | Milano | Monza e Brianza | Pavia | Varese

L'elenco completo dei punti prelievo è disponibile su
synlab.it

ottobre 2023

PERCORSO DI PREVENZIONE
E RIABILITAZIONE DEL
PAVIMENTO PELVICO

RITROVA LA TUA INTIMA SERENITÀ

SYNLAB
SAN NICOLÒ CENTRO DIAGNOSTICO

Che cos'è

È un **insieme di tecniche riabilitative specifiche**, che mirano a prevenire e correggere eventuali disfunzioni del pavimento pelvico, sistema muscolare di estrema importanza per il sostegno e la sospensione dei nostri organi interni, la continenza urinaria e anale, il parto e la funzione sessuale.

A chi si rivolge

A donne affette da **problemi di incontinenza** dopo la gravidanza o perchè in menopausa, donne che soffrono di una **disfunzione del pavimento pelvico** o desiderano **riacquistare un miglior tono muscolare** a livello perineale, anche in fase preventiva (es. gravidanza, post partum).

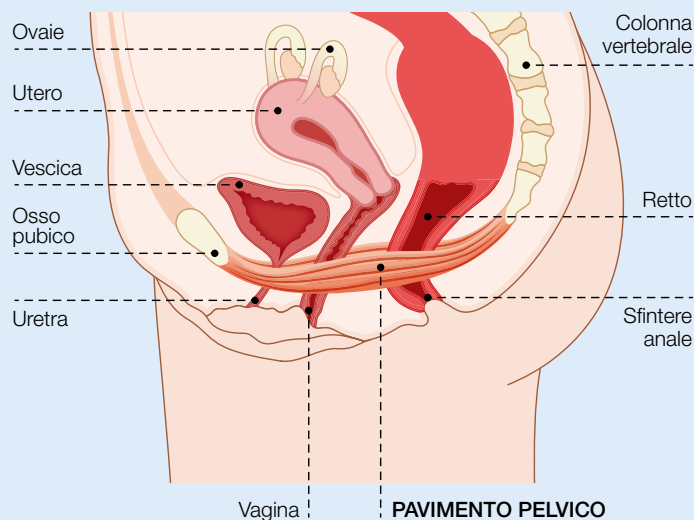
Sintomi più comuni

Esistono innumerevoli sintomi, che nascono dallo squilibrio di questo complesso sistema. Tra i più comuni:

- | perdita involontaria di urina
- | urinare spesso
- | necessità di urinare spesso in assenza di infezioni urinarie
- | senso di peso a livello pelvico
- | dolore perineale
- | dolore durante i rapporti
- | stipsi
- | urgenza alla defecazione
- | problemi proctologici
- | dolore e disfunzioni post-parto

Come si svolge

Presso il Polidiagnostico SYNLAB San Nicolò di Como e Lecco, l'ostetrica specializzata ed esperta in quest'area di attività segue la paziente costruendo insieme un percorso personalizzato. Durante la prima seduta viene impostato un programma riabilitativo sulla base della specifica problematica della paziente, delle sue esigenze e dei suoi obiettivi. La durata complessiva del trattamento varia in funzione di tale piano. Durante gli incontri (di 45') si utilizzano tecniche chinesiterapiche (esercizio terapeutico) e propriocettive, associate a terapia comportamentale. La chinesiterapia integra l'attività respiratoria e l'attività muscolare perineale, reclutando in modo consapevole e volontario i muscoli del pavimento pelvico.



Si comincia imparando a riconoscere i muscoli perineali e a contrarli e rilassarli su base volontaria, attraverso esercizi visivi e tattili molto semplici.

Progressivamente si inserisce il controllo respiratorio e si procede lavorando in varie posizioni, in modo da coinvolgere tutta l'area del pavimento pelvico. L'automatizzazione di tali movimenti conclude il percorso riabilitativo.

Tali risultati sono raggiungibili grazie a:

- | la protezione garantita dall'ambiente sanitario, con una presenza medica costante e l'esclusività di ambienti e attrezzature
- | le competenze specialistiche dell'ostetrica che conduce le sedute, specializzata in riabilitazione del pavimento pelvico.

