

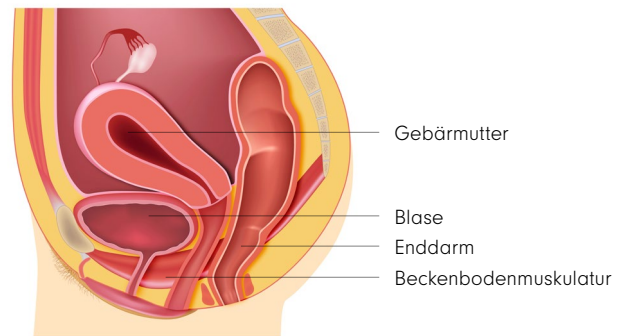
Organsenkungen

(Zystozele, Rektozele, Uterusprolaps)

Unter Organsenkungen versteht man das Absinken der Beckenorgane Blase, Enddarm oder Gebärmutter in die Scheide oder aus der Scheidenöffnung heraus.

Man nennt dieses Absinken bei der Blase Zystozele, beim Enddarm Rektozele und bei der Gebärmutter Uterussenkung.

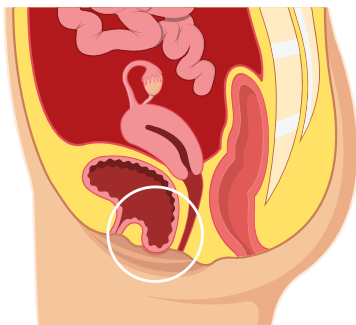
Normalerweise sind diese Organe im kleinen Becken durch Bindegewebsschichten und die Beckenbodenmuskulatur gehalten.



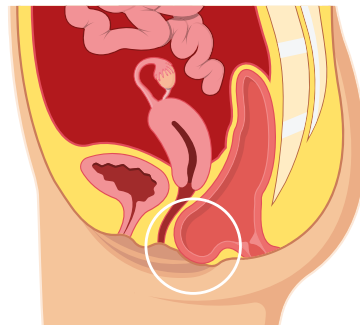
normale Lage der Organe

Ursachen einer Organsenkung

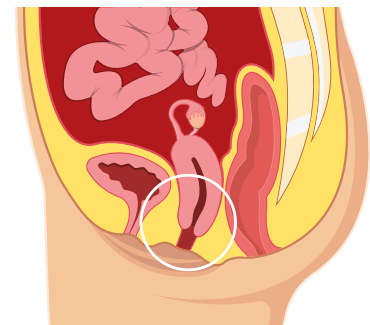
Verantwortlich für eine Organsenkung ist eine Verletzung oder ein Erschlaffen des Bindegewebes sowie eine schwache Beckenbodenmuskulatur. Organsenkungen treten nur bei der Frau auf, meistens nach schweren Geburten oder nach der Menopause. Andauernde Verstopfung und schwere körperliche Belastung verstärken eine Senkung.



Zystozele



Rektozele



Uterussenkung

Beckenbodenphysiotherapie

Bei Organsenkungen wird in der Beckenbodenphysiotherapie der gesamte Beckenboden gezielt trainiert. Die Muskelkräftigung ist ein Prozess, der tägliches Üben erfordert und mehrere Monate dauert.

Zur Entlastung des Beckenbodens kommen Verhaltensstrategien und zusätzlich, je nach Bedarf, auch Hilfsmittel wie spezielle Tampons oder Pessare zum Einsatz.

