Incontinenza e disturbi pelvici
in
Politerapica - Terapie della Salute

Le possibili **complicanze del tumore della prostata** sono particolarmente delicate per il loro impatto umano e sociale su chi ne è colpito e sui suoi cari: **incontinenza urinaria** e **perdita di potenza sessuale**. Secondo stime recenti, la prima colpisce 4 pazienti su 10 dopo 3 mesi dall'intervento e 2 pazienti su 10 dopo un anno. La seconda, invece, colpisce 8 pazienti su 10 dopo 3 mesi dall'intervento e 6 pazienti su 10 dopo un anno. Anche questi disturbi, però, oggi si curano con successo.

Succede peraltro a molti di perdere qualche goccia di pipì, feci o gas. Capita talvolta di avere dolori durante i rapporti sessuali. Si può soffrire anche in modo serio di stitichezza o avere prolassi vaginali o rettali. Nella maggior parte dei casi si tratta di problemi del pavimento pelvico, o perineo, che si possono curare o prevenire.

Dell'**incontinenza** e dei **disturbi del pavimento pelvico** si occupa Politerapica - Terapie della Salute con interventi riabilitativi, la cui efficacia è ormai affermata. Le attività di riabilitazione pelvi-perineale sono rivolte a **uomini e donne di tutte le età** per problemi

- urologici
- proctologici
- ginecologici

quali

- incontinenza e ritenzione urinaria
- incontinenza fecale e stipsi
- incontinenza successiva a interventi chirurgici
- prolassi
- dolore pelvico
- dolore durante i rapporti sessuali

non solo a scopo curativo ma anche di prevenzione.

La riabilitazione del pavimento pelvico si basa su un insieme di tecniche di tipo conservativo - non si tratta, quindi, di tecniche chirurgiche - che vengono praticate con l'obiettivo di permettere ai muscoli pelvici di svolgere le sue funzioni di

- sostegno degli organi pelvici (retto, utero, vagina)
- contrasto degli aumenti di pressione endo-addominale
- partecipazione al controllo degli sfinteri per assicurare la continenza

Le tecniche utilizzate sono

- **fisiochinesiterapia**
  esecuzione assistita di specifici esercizi per i muscoli del pavimento pelvico che
  - permettono di prendere coscienza della propria zona perineale
  - eseguire movimenti di contrazione e rilassamento che
    - incrementano la forza muscolare
    - attivano la muscolatura durante le attività quotidiane
    - contrastano i bruschi aumenti di pressione endo-addominale

- **biofeedback**
  questa tecnica si avvale di un'apparecchiatura computerizzata che riproduce su uno schermo la contrazione muscolare eseguita dalla persona, permettendo così sia al paziente che al terapista di valutare il suo lavoro

- **stimolazione elettrica funzionale**
  è una stimolazione passiva, assolutamente indolore, effettuata attraverso l'utilizzo di correnti elettriche bifasiche per stimolare in via diretta e riflessa la contrazione muscolare al fine di riorganizzare i corretti processi neurofisiologici

combinate con programmi di **ginnastica posturale**.

In Politerapica - Terapie della Salute, i problemi pelvici vengono trattati considerando il perineo nel suo insieme: parte anteriore e parte posteriore. Per questo l'approccio adottato è quello multidisciplinare, attraverso un team che comprende terapisti e specialisti di diversa estrazione:

- ostetrica
- fisioterapista
- urologo
- ginecologo
- proctologo
- fisiatra
- psicologo-psicoterapeuta