

I trattamenti

Chinesiterapia pelvi-perineale

Esecuzione di esercizi di contrazione e rilassamento dei muscoli del pavimento pelvico, al fine di facilitarne la presa di coscienza e di rinforzare il sistema di sostegno degli organi pelvici.

Elettrostimolazione funzionale

Indicata nei casi in cui i muscoli perineali non riescono ad essere contratti volontariamente ed in modo adeguato.

Biofeedback

Impiego di un'apparecchiatura in grado di registrare una contrazione o il rilassamento muscolare. Il segnale viene trasformato in segnale visivo, permettendo al paziente di verificare le contrazioni o il rilassamento e di imparare a compierli in modo corretto.

I luoghi

La riabilitazione pelvi perineale viene offerta dai servizi di fisioterapia della Clinica di Riabilitazione EOC attivi presso i seguenti ospedali dell'Ente Ospedaliero Cantonale:

- **Clinica di Riabilitazione EOC**, sede Faido, + 41 91 811 21 11
- **Ospedale Regionale di Bellinzona**, San Giovanni, +41 91 811 93 09
- **Ospedale Regionale di Lugano**, Italiano, + 41 91 811 76 68
- **Ospedale Regionale di Mendrisio**, Beata Vergine, + 41 91 811 35 93
- **Ospedale Regionale di Locarno**, La Carità, + 41 91 811 45 57



REHA
TICINO

CREOC_I-FISIO-016/A 143574



Clinica di Riabilitazione EOC

Riabilitazione pelvi perineale





Cos'è il pavimento pelvico?

Il pavimento pelvico è quell'insieme di muscoli, legamenti, fasce che chiudono la parte inferiore del bacino. Il suo ruolo è essenziale per il sostegno degli organi interni alla cavità addominale favorendo la buona funzionalità.

L'interazione con la muscolatura addominale, il diaframma e la colonna lombare favorisce una buona stabilità e una corretta postura.

Il pavimento pelvico è senza dubbio un'importante struttura muscolare, molto complessa, sia dal punto di vista anatomico che da quello funzionale.



Quando intervenire?

Le disfunzioni del pavimento pelvico interessano sia gli uomini che le donne (con prevalenza di queste ultime) e possono essere causate da una moltitudine di fattori (interventi chirurgici, menopausa, parto, patologie neurologiche e malattie oncologiche).

Si possono manifestare con:

- incontinenza urinaria;
- incontinenza anale;
- prolassi;
- dolore pelvico;
- stipsi.



La riabilitazione

La riabilitazione nell'ambito delle disfunzioni perineali permette il loro trattamento e ha un ruolo importante nella prevenzione attraverso l'istruzione di corrette abitudini e stili di vita.

Gli obiettivi della riabilitazione del pavimento pelvico sono diversi:

- aumentare consapevolezza e percezione;
- riequilibrare l'attività muscolare del pavimento pelvico con esercizi mirati;
- istruire il paziente sulle corrette abitudini nella quotidianità;
- gestione del dolore.

I fisioterapisti specializzati in rieducazione pelvi perineale eseguono sedute individuali, personalizzando il trattamento su prescrizione medica.