

BECKENPHYSIOTHERAPIE FÜR KINDER

Was ist Kinderbeckenphysiotherapie?

Jeder kann etwas gut und etwas anderes nicht so gut. Der Mensch und jedes Tier, alles was trinkt und isst, muss auch „Pipi“ und „Gaggi“ machen.

Aber nicht bei jedem geht das von selbst gut. Kinder oder Erwachsene, Jungen oder Mädchen, ob alt oder jung können auf verschiedene Arten Mühe haben mit „Pipi“ und „Gaggi“ machen.

Was heisst Mühe haben beim „Pipi“ und „Gaggi“ machen?

Zum Beispiel kann das sein:

- Bauchschmerzen
- starke und/oder sehr oft Harndrang
- Schmerzen beim Pipi machen
- Schmerzen beim Stuhlen
- nicht stuhlen wollen/können
- Verstopfung
- Urinverlust am Tag
- Stuhlverlust
- Urinverlust nachts



Was macht die Kinderbeckenphysiotherapeutin?

Sie ist spezialisiert auf das Behandeln von Kindern mit Urin- oder/und Stuhlinkontinenz. Nach Anmeldung mit ärztliche Verordnung beginnt die erste Therapiesitzung mit einem ausführlichen Gespräch mit Eltern und Kind. Darin geht es um Fragen über das Toiletten-Verhalten des Kindes, über die Haltung und Beweglichkeit des Kindes sowie über die allgemeine Entwicklung des Kindes. Anschliessend werden Fragebogen ausgefüllt und die Beckenphysiotherapeutin testet das Kind in verschiedenen Bewegungsaufgaben. Aufgrund des Gesprächs und der Bewegungstests werden, zusammen mit Eltern und Kind, Ziele gesetzt und ein Behandlungsplan festgelegt.



Ziele gesetzt und ein Behandlungsplan festgelegt.

Für Bewegung brauchst du deine Muskeln, damit du Spielen, Velofahren, Laufen und Rennen kannst. Du hast auch Muskeln die dir helfen beim „Pipi“ und „Gaggi“ machen, das sind die sogenannten Beckenbodenmuskeln. Wenn diese Muskeln nicht so gut arbeiten, kann es schwierig sein im richtigen Moment „Pipi“ und „Gaggi“ zu machen. Deine Beckenbodenmuskeln sind wie eine Art Türchen. Durch das vordere Türchen verlässt „Pipi“ deinen Körper und durch das hintere Türchen „Gaggi“. Und wenn diese Türchen nicht so gut arbeiten, hast du keine gute Kontrolle mehr über das „Pipi“ und „Gaggi“ machen. Die Beckenphysiotherapeutin wird speziell für dich und gemeinsam mit Mama und/oder Papa einen Trainingsplan festlegen. Und los geht's auf dem Weg zur Besserung!

Die Therapie umfasst unter anderem:

- Aufklärung darüber wie im Körper „Pipi“ und „Gaggi“ produziert wird
- Aufklärung darüber wieso Essen (Ballaststoffe) und Trinken so wichtig sind
- richtiges Toiletten-Verhalten lernen
- Lernen von Anspannen und Entspannen der (Rumpf) Muskulatur, inkl. der Beckenbodenmuskulatur
- auf spielerische Weise Körperwahrnehmung und Achtsamkeit lernen



Bei Fragen kannst du dich, oder können deine Eltern sich, unverbindlich an mich wenden. Gut zu wissen: du bist nicht die/der einzige mit diesen Schwierigkeiten und mit der richtigen Unterstützung kannst du etwas dagegen tun!

Wilma Demmer

Dipl. Physiotherapeutin BSc,
Beckenphysiotherapeutin MAS

Physio Wiese, Wiesenstrasse 1, 9650 Nesslau

Tel: 071 994 33 13, E-Mail:

wilma.demmer@physiowiese.ch

Web: www.physiowiese.ch

physio wiese
physiotherapie & medical training

