

Inhaltsverzeichnis

1	Charakteristika der Arbeitsfelder Gynäkologie und Geburtsvorbereitung	12
1.1	Tabus, die zum Glück keine mehr sind!	12
1.2	Physiotherapeuten und Hebammen	12
2	Physiotherapie bei hormonellen Veränderungen	16
2.1	Charakteristika des Arbeitsfeldes	16
2.2	Lebensphasen der Frau	16
2.2.1	Pubertät	16
2.2.2	Phase des Menstruationszyklus ...	16
2.2.3	Klimakterium	16
2.2.4	Menstruationszyklus	18
2.3	Ärztliche Diagnostik und Therapie bei hormonellen Störungen	20
2.3.1	Diagnostik	20
2.3.2	Therapie	20
2.4	Physiotherapeutische Untersuchung bei Störungen im Klimakterium	21
2.4.1	Gewichtsprobleme	21
2.4.2	Herz-Kreislauf-Probleme	21
2.4.3	Osteoporoserisiko	22
2.4.4	Inkontinenz, Senkungsbeschwerden und Schmerzen im Beckenbereich	22
2.5	Physiotherapeutische Behandlung bei Störungen im Klimakterium	22
2.5.1	Therapie von postmenopausalen Gewichtsproblemen	22
2.5.2	Osteoporoseprävention	23
2.5.3	Krafttraining	23
2.5.4	Ausdauersport	24
2.6	Inkontinenz, Senkungsbeschwerden und Schmerzen im Beckenbereich	24
2.7	Physiotherapie bei Zyklusstörungen	24
2.7.1	Bindegewebsmassage	24
2.7.2	Hydrotherapie und Balneotherapie	25
2.7.3	Körperwahrnehmungsverfahren und Bewegung	25
2.8	Literatur	26
3	Physiotherapie in der Schwangerschaft	30
3.1	Überblick zum Arbeitsfeld Geburtsvorbereitung	30
3.2	Grundlegende Kenntnisse zur Schwangerschaft	30
3.2.1	Veränderungen in der Schwangerschaft	30
3.2.2	Ärztliche Diagnostik und Therapie	34
3.2.3	Physiotherapeutische Untersuchung	38
3.2.4	Physiotherapeutische Behandlung	39
3.3	Spezielle Kenntnisse zum Geburtsvorgang	43
3.3.1	Geburtsmechanik	43
3.3.2	Positionen während der Geburt ...	45

3.3.3	Wehenphysiologie.....	47	3.4	Ziele und Inhalte eines Geburtsvorbereitungskurses....	55
3.3.4	Geburtsphasen.....	48	3.4.1	Geschichte der Geburtsvorbereitung	55
3.3.5	Schmerzen während der Geburt... ..	49	3.4.2	Allgemeine Hinweise zur Kursorganisation.....	55
3.3.6	Überwachung während der Geburt	51	3.4.3	Inhalte der Geburtsvorbereitungs- kurse	56
3.3.7	Operative Geburtsbeendigung	51	3.5	Literatur.....	65
4	Physiotherapie nach der Geburt.....	68			
4.1	Charakteristika des Arbeitsfeldes Wochenbettbehandlung.....	68	4.2.12	Bauchmuskulatur	73
4.2	Grundlegende Kenntnisse zum Wochenbett	68	4.2.13	Atmung.....	75
4.2.1	Hormonelle Umstellung.....	68	4.2.14	Baby-Blues (Wochenbettverstimmung).....	75
4.2.2	Rückbildung der Gebärmutter (Involution des Uterus).....	68	4.2.15	Laktation (Stillen)	75
4.2.3	Rückbildung des Bandapparates der Gebärmutter	69	4.2.16	Störungen im Wochenbett.....	78
4.2.4	Rückbildung von Vagina und Vulva	69	4.2.17	Ärztliche Diagnostik und Therapie .	82
4.2.5	Körpergewicht.....	70	4.2.18	Physiotherapeutische Untersuchung der Wöchnerin.....	84
4.2.6	Körpertemperatur.....	70	4.2.19	Physiotherapeutische Behandlung der Wöchnerin.....	86
4.2.7	Herz und Kreislaufsystem	70	4.3	Spezielle Kenntnisse zur Rückbildungsgymnastik	95
4.2.8	Haut.....	70	4.3.1	Ziele und Inhalte des Rückbildungs- kurses	95
4.2.9	Blasenfunktion.....	70	4.3.2	Kurseinheiten.....	96
4.2.10	Darmfunktion	70	4.4	Literatur.....	98
4.2.11	Beckenbodenmuskulatur, bindegewebige Strukturen, Nervenverbindungen	70			
5	Anatomie und Physiologie des Beckenbodens	102			
5.1	Einführung	102	5.2.4	Struktur der Muskulatur	114
5.2	Struktur und Funktion.....	102	5.2.5	Bindegewebige Strukturen am Beckenboden	114
5.2.1	Die tiefe Beckenbodenschicht (oder Muskeln am Beckenboden) ..	104	5.2.6	Muskuläre Funktionszusammen- hänge/Ko-Kontraktion/ Synergismus.....	116
5.2.2	Die oberflächliche Beckenboden- schicht (oder Muskeln unter- bzw. oberhalb des Beckenbodens).....	108	5.2.7	Funktion der Beckenboden- muskulatur.....	117
5.2.3	Innervationssysteme am Beckenboden	110	5.3	Literatur.....	118

6	Wichtige Funktionssysteme am Beckenboden	120			
6.1	Speicher- und Entleerungs- funktion der Blase	120	6.2	Speicher- und Entleerungs- funktion des Rektums.	126
6.1.1	Die Organe des unteren Harntrakts	120	6.2.1	Die Organe des unteren Verdauungstraktes	127
6.1.2	Innervation des unteren Harntraktes	122	6.2.2	Anorektale Muskulatur	130
6.1.3	Speicherphase der Blase	125	6.2.3	Innervation des Rektums.	132
6.1.4	Entleerungsphase der Blase	125	6.2.4	Funktion des Rektums	133
			6.2.5	Die Speicherphase des Rektums. . .	133
			6.2.6	Die Entleerungsphase des Rektums (Defäkation).	134
			6.3	Literatur	136
7	Funktionsstörungen an Organsystemen im Beckenbereich	138			
7.1	Speicher- und Entleerungs- störungen der Blase	138	7.2	Anorektale Dysfunktionen	171
7.1.1	Störungen des unteren Harntrakts.	138	7.2.1	Stuhlinkontinenz	172
7.1.2	Inkontinenzformen	140	7.2.2	Ärztliche Diagnostik und Therapie.	175
7.1.3	Ursachen der Inkontinenz	141	7.2.3	Physiotherapeutische Untersuchung	177
7.1.4	Vorkommen der Inkontinenz	141	7.2.4	Physiotherapeutische Behandlung.	184
7.1.5	Störungsbilder bei vesikaler und urethraler Dysfunktion	143	7.3	Literatur	190
7.1.6	Diagnostik	143			
7.1.7	Therapie.	145			
7.1.8	Physiotherapeutische Untersuchung	148			
7.1.9	Physiotherapeutische Behandlung.	160			
8	Senkungsbeschwerden.	192			
8.1	Genitalsenkung.	192	8.2.2	Symptome	198
8.1.1	Verschiedene Ebenen des vaginalen Stützapparates (nach Entfernung des Uterus)	194	8.2.3	Ärztliche Diagnostik und Therapie.	199
			8.2.4	Physiotherapeutische Untersuchung bei Senkung.	202
8.2	Beckenbodensenkung (Descending Perineum Syndrome, DPS)	195	8.2.5	Physiotherapeutische Behandlung bei Senkung.	203
8.2.1	Ursachen der Störungen	196	8.3	Literatur	205

9	Chronische Schmerzen im Beckenbereich	208		
9.1	Biochemische Zusammenhänge	208	9.3.3	Vulvodynie
			9.3.4	Vaginismus
9.1.1	Gefahr der Chronifizierung	209	9.3.5	Interstitielle Zystitis
			9.3.6	Lichen sclerosus
9.2	Begriffsdefinitionen	210	9.3.7	Endometriose
			9.3.8	Muskuloskelettales Schmerzsyndrom
9.3	Vorkommen	211		
9.3.1	Syndrom des hyperaktiven Beckenbodens	211	9.4	Literatur
9.3.2	Entzündung des Scheidenvorhofs (Vulvar Vestibulitis Syndrome, VVS)	217		
10	Physiotherapie nach Operationen	237		
10.1	Überblick über das Arbeitsfeld ..	237	10.4	Physiotherapie nach Brustoperationen
10.2	Physiologische Grundlagen funktioneller Rehabilitation	237	10.4.1	Anatomie der Brust
10.2.1	Therapie in der Entzündungsphase (0.–5. Tag)	238	10.4.2	Abweichungen, Veränderungen und Erkrankungen der Brust
10.2.2	Therapie in der Proliferationsphase (5.–21. Tag)	239	10.4.3	Früherkennung
10.2.3	Therapie in der Umbauphase (21.–360. Tag)	239	10.4.4	Medizinische Behandlung
			10.4.5	Physiotherapie bei Frauen mit Brustkrebs
10.3	Physiotherapie nach Verletzungen und Operationen im Becken	241	10.5	Literatur
10.3.1	Senkungsoperationen mit Kunststoffnetzen/-bändern	243		
10.3.2	Operationen am Darm	244		
10.3.3	Operationen an der Blase	246		
	Sachverzeichnis			273