

## Area della Riabilitazione

### Visita fisiatrica

(riabilitazione neurologica, ortopedica, reumatologica, genito-urinaria) per l'adulto e per il bambino

### Rieducazione del pavimento pelvico

### Mesoterapia/Agopuntura

**Dott.ssa Corrà Federica**

**Dott. Alessandro Picelli**

### Fisiokinesiterapia

Rieducazione funzionale

Pompage

Terapie manuali e miofasciali

Riabilitazione psicomotoria

Kinesiotaping

Massoterapia distrettuale/reflessogena

Linfodrenaggio manuale

Rieducazione posturale individuale

Ginnastica correttiva

Back school (ginnastica lombare)

### Terapie fisiche

Ultrasuono terapia a testina fissa/immersione

Elettroterapia antalgica e di stimolazione

Laserterapia

Stimolazione elettrica funzionale

**Dott.ssa Romina Melchiorre**

### Osteopatia

**Dott. Stefano Zogno**

### Officina ortopedica "Orthomedica"

convenzionata ASL e INAIL



Direttore sanitario  
Dott. Corrado Corrà  
Medico Chirurgo  
Specialista in Odontostomatologia  
e in Igiene e Medicina Preventiva

**Orari di apertura:**  
**lunedì-venerdì: 8.30-12.30 15.00-19.30**  
**sabato: 8.30-12.30**

## POLIAMBULATORIO SAN FERMO

Via San Fermo 17/19  
35042 Este (PD)  
Telefono / Fax: 0429/4347  
info@poliambulatoriosanfermo.it  
www.poliambulatoriosanfermo.it

**Poliambulatorio  
San Fermo**



## LA RIEDUCAZIONE DEL

*pavimento pelvico*

Responsabile del servizio:  
**Dott.ssa Corrà Federica**

## LA RIEDUCAZIONE DEL

# pavimento pelvico

per...

*...garantire o migliorare la continenza urinaria o fecale*

*...prevenire l'insorgenza o l'aggravamento di prolapsi genito-urinari*

*...avere una vita sessuale soddisfacente*

*...trattare il dolore pelvico*

*...aiutare le donne prima e dopo il parto*

per...

*...Vivere meglio*



### Cos'è il pavimento pelvico o perineo?

È il termine usato per descrivere i muscoli e i tessuti connettivi che chiudono inferiormente il bacino. Le sue funzioni sono: contenere i visceri della cavità addominale (in particolare vescica, utero, retto e ano), garantire la continenza urinaria e fecale, permettere una buona attività sessuale, permettere il corretto svolgimento del parto.

### Come usiamo il nostro pavimento pelvico?

Il pavimento pelvico è sempre coinvolto nelle nostre attività quotidiane. È sollecitato dal peso del corpo durante il cammino ed è impegnato a contrastare gli aumenti di pressione intra-addominale che avvengono ad esempio quando solleviamo dei pesi, quando facciamo un colpo di tosse o uno starnuto, quando ci chiniamo a raccogliere un oggetto o quando ci sediamo in macchina.

### Quali sono i sintomi di un anomalo funzionamento del pavimento pelvico?

- ⊗ Perdita involontaria di urina, di gas o feci (incontinenza)
- ⊗ Urgenza ad urinare o a defecare
- ⊗ Necessità di urinare spesso (più di 8 volte al giorno)
- ⊗ Difficoltà a svuotare completamente la vescica
- ⊗ Difficoltà allo svuotamento completo durante la defecazione
- ⊗ Stitichezza ostinata
- Sensazione di peso vescicale o anale (spesso a causa di prolapsi)
- ⊗ Dolore pelvico
- ⊗ Dolore durante il rapporto sessuale

### E quali sono le cause?

Sono molteplici. Possiamo dividerle in cause legate a particolari eventi come il parto, la chirurgia addomino-pelvica, i traumi, oppure dipendenti da condizioni croniche quali la costituzione fisica (obesità), l'età, il tipo di attività lavorativa, lo stile di vita (scarsa attività motoria) o da malattie croniche sottostanti come il diabete, le malattie neurologiche centrali (sclerosi multipla, etc.) e periferiche (neuropatie dei pudendi, etc.).

### Come si può "curare" il pavimento pelvico?

Gli approcci per la terapia delle disfunzioni del pavimento pelvico sono essenzialmente tre: riabilitativo, farmacologico e, in ultima battuta, chirurgico. Spesso un team di professionisti (ginecologi, fisiatristi, urologi, fisioterapisti, ostetriche, chirurghi coloproctologi), a seconda del tipo di problematica e della sua gravità, collaborano per fornire un trattamento integrato.

### La Rieducazione del pavimento pelvico

L'obiettivo della riabilitazione è migliorare la qualità della vita del paziente riducendo al minimo gli interventi invasivi; nei casi in cui sia necessario un intervento chirurgico o farmacologico la riabilitazione può comunque essere un valido supporto e prevenire le ricadute.

### Come si svolge il percorso riabilitativo?

Il percorso riabilitativo comprende una prima visita effettuata dal medico fisiatra il quale, in funzione della patologia presente e delle caratteristiche del paziente imposta un programma riabilitativo. Il fisioterapista seguirà poi il paziente giorno per giorno mediante sedute di chinesiterapia pelvi-perineale (eventualmente coadiuvata dalla stimolazione elettrica funzionale). È importante sottolineare che il paziente ha un ruolo attivo in questo percorso, in quanto apprenderà un nuovo stile di vita e una serie tecniche di allenamento dei muscoli perineali che dovranno accompagnarlo sempre, anche una volta terminato il ciclo di riabilitazione.

### Da cosa dipende il successo del trattamento?

Possiamo dire che il successo del trattamento dipende per il 50% dal terapeuta e per il 50% dal paziente che deve mettere in pratica soprattutto al domicilio le tecniche apprese durante le sedute.

### Quanto dura il trattamento riabilitativo?

Dipende dal problema da trattare e dalla risposta del paziente. In genere si comincia con un ciclo di 10 sedute a cadenza bisettimanale, per programmare in seguito dei controlli a distanza. Per problematiche lievi (ad esempio post-partum) possono essere sufficienti 3-4 sedute.