



骨盆底病状:

泌尿时中段困难/用力时尿失(咳嗽,打喷嚏,提重物)或者尿急/性生活困难或疼痛/腹坠/排气或大便失禁/便秘

**临床表现

泌尿失禁/膀胱工作过度/腔内器官脱垂/大便失禁/性功能衰弱/会阴疼痛/盆腔无力

针对性体操治疗的可能性:

骨盆底肌练习或叫骨盆缩阴收腹操(CPP)是减轻病症,提高生活质量的治疗方法。



怎么做?

每次练习需60分钟左右,分成两部分:首先在医师指导下做体操,然后使用仪器,采取两种方式:1)生理反馈(通过视觉和声音信号传播技术), 2)电子刺激(利用阴道探测刺激器,刺激肌肉的技术)。

会得到什么效果?

CPP在临床治疗有好的效果,有些甚至达到全愈程度,避免手术治疗的痛苦。
^恢复运动法可做预防目的,由其女士在妊娠期。

门诊预约:

06.49978710

更多信息请联系:

电话:335-6524037

电子邮件地址: fagaj@tin.it

网站:

www.masterpavimentopelvicosapienza.it

手册主编: Dott.ssa Chiara Torresetti



Università degli studi di
Roma "Sapienza"
Azienda Ospedaliero-
Universitaria
Policlinico Umberto I
Dipartimento di Chirurgia
Generale e Specialistica
"Paride Stefanini"



什么是盆骨底?

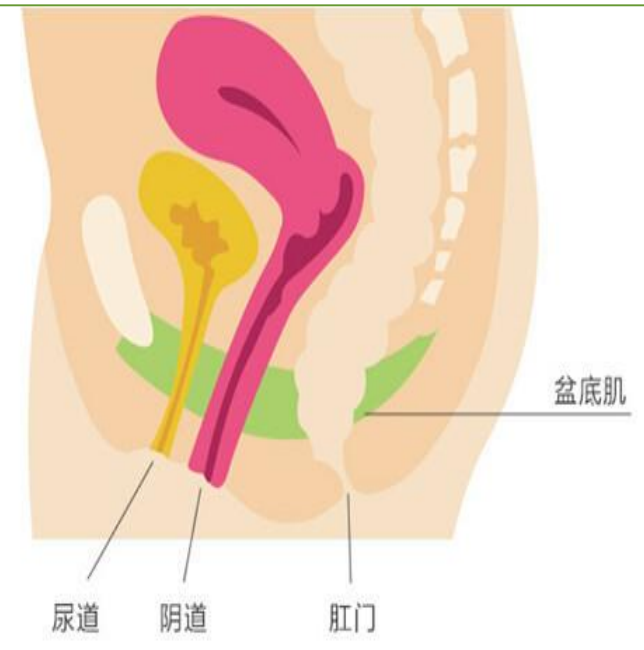


它在哪个部位？

盆骨底是由肌肉，筋膜以及结缔组织构成，封闭骨盆出口，位于腹腔下部，在泌尿生殖肛门区域。在生理上，承载和保持分腔内器官的位置

(子宫·阴道·尿管·膀胱·直肠)携助日常生活中的体力活动(走，跳，提物)，并且在腹腔内血压突变时，(打喷嚏，咳嗽)能起及时调整的作用。

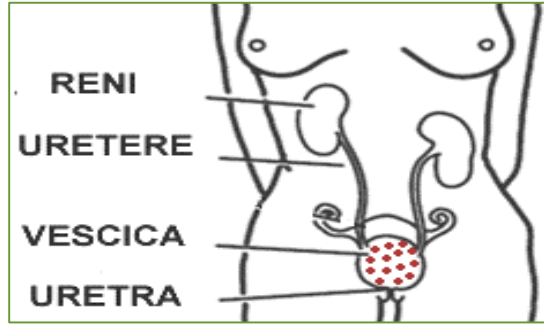
当这些功能衰弱时，就会造成功能混乱。



• Fig.1

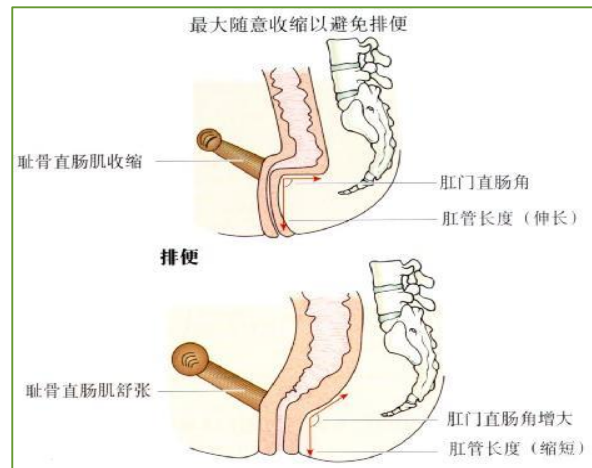
盆骨底起什么作用？

❖在泌尿系统上有控制和排尿功能:泌尿功能是由泌尿上系(肾·尿道)和下系(膀胱，逼尿肌，尿道)来执行的。盆骨底跟第二部分有联系。



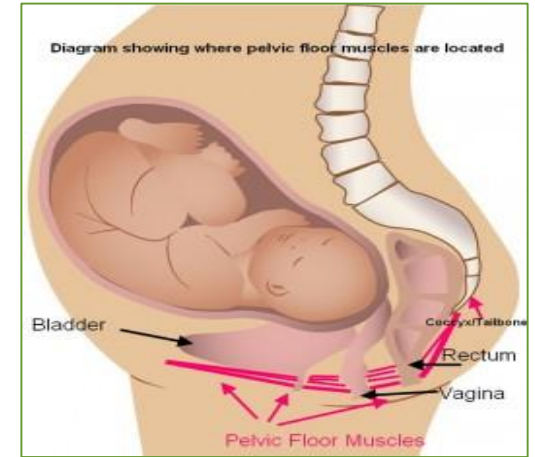
• Fig.2

❖控制和排便:直肠是肠的最后一段，在安瓶状部位，与肛门末端部位，与肛门末端道构成90°左右，由肌肉环绕，构成内肛不约肌，外部称为肛门则是括约肌。



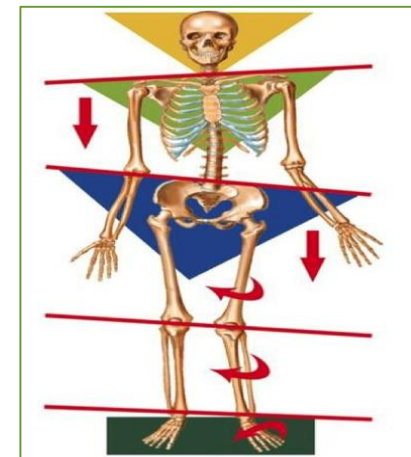
• Fig.3

❖性及生殖系:盆底肌在性行为方面起着根本的作用。在妊娠期承持新的体重，在分娩时肌肉便于婴儿出生。



• Fig.4

❖生物力学上:盆底支助躯干肌保证身体运动时的稳定，平衡与和谐。



• Fig.5