

## DEFINIZIONE DELL'INTERVENTO SANITARIO

La riabilitazione del pavimento pelvico è una terapia costituita da diverse tecniche riabilitative di tipo conservativo, indicata nelle disfunzioni del pavimento pelvico. I trattamenti sono indirizzati ai muscoli del pavimento pelvico che possono presentarsi ipotonici, ipertonici, oppure con deficit di coordinazione.

## OBIETTIVO DEL TRATTAMENTO SANITARIO

L'obiettivo della terapia è quello di guarire o ridurre i sintomi riferiti dalla paziente e causati dalla disfunzione di questa zona, migliorando così la qualità della vita della persona

## MODALITÀ DEL TRATTAMENTO SANITARIO

Il trattamento è preceduto da una valutazione del pavimento pelvico che prevede una esplorazione vaginale che permetterà la valutazione della tonicità dei muscoli perineali e la loro contrazione.

Talvolta la valutazione può prevedere anche l'esplorazione rettale.

Il trattamento verrà condotto con la paziente in posizione supina, seduta e/o in statica a seconda della fase clinica e potrà prevedere manovre endocavitarie.

## TRATTAMENTO CON CHINESITERAPIA

Il trattamento prevede l'esecuzione della contrazione dei muscoli perineali durante lo svolgimento di esercizi in varie posizioni. Permetterà la tonificazione di tali muscoli e conseguente recupero delle sue abilità.

## TRATTAMENTO CON BIOFEEDBACK

Il trattamento viene effettuato con l'utilizzo di una sonda endovaginale o endoanale che permette la registrazione della contrazione muscolare mediante elettrodi di superficie. Questi consentono la valutazione della contrazione muscolare dei muscoli agonisti e/o antagonisti utilizzati contemporaneamente.

Viene determinata l'attività muscolare a riposo e successivamente la paziente viene invitata a compiere una contrazione muscolare volontaria di lieve entità, con il muscolo da esaminare; in seguito viene invitata ad eseguire contrazioni gradualmente più intense sino allo sforzo massimale, anche in condizioni diverse (inspirando, espirando, tossendo).

Tale tecnica permette la presa di coscienza del pavimento pelvico e la conseguente tonificazione.

## TRATTAMENTO CON STIMOLAZIONE ELETTRICA FUNZIONALE

La stimolazione elettrica funzionale viene riservata solo ai casi in cui non vi sia un'adeguata percezione della muscolatura da contrarre o a disfunzioni che richiedono una stimolazione delle fibre nervose.

Si utilizza la stessa sonda descritta sopra che può fornire impulsi di frequenza, ampiezza ed intensità diverse a seconda del quadro clinico. La procedura viene eseguita in circa 20-30 minuti a seconda del protocollo utilizzato per la specifica disfunzione.

