

PelviPower: revoluce v péči o pánevní dno

1.8.2024 - Petra Kallista | PROTEXT

Jen v České republice podle sdružení Incoforum trpí inkontinencí přibližně 7-10 % populace, což představuje zhruba 1 milion lidí. Přestože je tento zdravotní problém poměrně rozšířený, veřejnost o něm stále příliš neví. Inkontinence proto zůstává ve společnosti nadále tabuizovaným tématem, nehledě na to, že dokáže výrazně ovlivnit kvalitu života. Díky moderním technologiím, jako je PelviPower, ale existuje řešení.

Co je PelviPower?

PelviPower je komplexní tréninkový systém, který využívá magnetickou indukci ke zlepšení funkce svalů pánevního dna. Nejdůležitějším benefitem křesla PP je možnost vyšetření a tréninku v běžném oblečení, bez nutnosti invazivního vyšetření a speciální přípravy. Diagnostické křeslo má v sobě integrovaný sensor, který zaznamenává přes oblečení aktivitu pánevního dna, což umožňuje vizualizaci pohybu těchto svalů na monitoru. Pomocí tohoto přístroje lze tedy „změřit“, jak svaly pánevního dna fungují.

A jak na PelviPower probíhá trénink?

Samotná metoda vypadá tak, že pacient sedí na speciálním tréninkovém křesle, které vysílá krátké impulsy magnetického pole do svalů celého pánevního dna. Tyto impulsy způsobují rytmické stahy svalů, čímž je efektivně posilují.

Pro koho je terapie pomocí křesla PelviPower nejvhodnější?

„Indikací vhodných pro léčbu PP je celá řada a léčba je vhodná pro muže i ženy. Využijeme ji v gynekologii u menopauzálních žen, ke zlepšení vitality, libida, a sexuality, a také při bolestivé menstruaci. Velmi citlivým tématem, které je často podceňováno, je inkontinence, tedy spontánní únik moči, ať už stresová, urgentní nebo smíšená, zmínila bych také inkontinenci fekální. Léčbu PP k posílení svalů pánevního dna bych doporučila preventivně všem mužům i ženám nad 45 let, nebo naopak ženám, které se chystají otěhotnět. Po porodu totiž dochází k anatomickým změnám v oblasti pánve, a pokud jsou svaly pánevního dna oslabené, může docházet k inkontinenci. V urologii je pro muže posilování svalů pánevního dna zase důležité ke zlepšení sexuálních funkcí, libida a když už ne preventivně, tj. s předstihem, tak určitě po operaci prostaty,“ vysvětluje hlavní lékařka MUDr. Markéta Hovorková, Ph.D. Podle doktorky M. Hovorkové je využití PP také velmi důležité v oblasti rehabilitace a fyzioterapie. Pánevní dno je klíčovou součástí hlubokého stabilizačního systému, který podporuje správné držení těla, a poskytuje oporu orgánům. Posílené svaly pánevního dna tedy přispívají k prevenci bolestí zad, a to zejména v bederní oblasti.

Jak dlouho trvá jedno terapeutické sezení a kolik sezení je obvykle potřeba?

„Samotný trénink trvá 15 min, s diagnostikou funkce pánevního dna, vysvětlením základních pojmů, výsledků a doporučením se jistě vejde do 30 minut. Objektivní výsledky začínají být vidět obvykle po 6 sezeních, subjektivní zlepšení však klienti často pociťují dříve,“ říká MUDr. M. Hovorková, Ph.D.

Možnost tréninku na křesle PelviPower nabízí exkluzivně Ensana Health Spa Hotel Nové Lázně v Mariánských Lázních. Terapie je dostupná nejen jako součást vybraných pobytových balíčků, ale také samostatně pro širokou veřejnost. Objednat se lze na tel. čísle: + 420 354 644 200, kde se dozvíte všechny potřebné informace.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/pelvipower-revoluce-v-peci-o-panevni-dno/2550445>