

Unsere starke Mitte: Informationsveranstaltung zum Thema Beckenboden und Inkontinenz

10.9.2026 - | Sana Kliniken

Am 17. September spricht Dr. Ralf Robel, Leitender Arzt der Gynäkologie und Geburtshilfe an der Sana Klinik Wurzen über Prävention und Therapie der Beckenbodenschwäche. Die Veranstaltung findet in der AOK PLUS Filiale Wurzen statt, ist kostenfrei und richtet sich an alle Interessierte.

Der Beckenboden ist eine der wichtigsten Muskelgruppen unseres Körpers – und zugleich eine der am meisten unterschätzten. Wie eine fest gespannte Hängematte trägt und stabilisiert er unsere Körpermitte. Verliert er jedoch an Spannkraft, kann Inkontinenz die Folge sein. Ein Thema, über das nach wie vor selten gesprochen wird und zu dem Betroffenen aus Scham und Unsicherheit häufig schweigen und im Stillen leiden.

Dabei ist Aufklärung der erste Schritt zu mehr Lebensqualität. Genau hier setzt am 17. September der öffentliche Vortrag von Dr. Ralf Robel, Leitender Arzt der Gynäkologie und Geburtshilfe an der Sana Klinik Wurzen an. Unter dem Motto „Wissen stärkt“ widmet er sich dem Thema Beckenbodenschwäche und Inkontinenz. „Ich möchte aufklären, das Thema enttabuisieren und Betroffene vor allem ermutigen, aktiv zu werden – niemand muss leiden“, so Ralf Robel.

Ursachen verstehen - gezielt vorbeugen und behandeln

Der Mediziner erklärt anschaulich, welche Ursachen und Risikofaktoren hinter den Beschwerden stehen – von Schwangerschaft und Geburt über hormonelle Veränderungen bis hin zu altersbedingten Prozessen. Gleichzeitig zeigt er, dass niemand diesen Entwicklungen hilflos ausgeliefert ist. Ein besonderer Fokus liegt auf der Prävention: Wie kann ich meinen Beckenboden im Alltag stärken? Welche Übungen sind sinnvoll? Und worauf sollte ich frühzeitig achten? Darüber hinaus stellt Dr. Robel moderne Behandlungsmöglichkeiten vor, die von konservativen Therapien bis hin zu operativen Eingriffen reichen und die heute schonend und individuell angepasst durchgeführt werden können.

Die Veranstaltung richtet sich an Frauen, die sich informieren, vorbeugen oder bestehende Beschwerden besser einordnen möchten. Ziel ist es, Wissen zu vermitteln und einen offenen, sachlichen Zugang zu einem häufig unterschätzten Gesundheitsthema zu schaffen. Der Eintritt ist frei.

Datum: 17. September

Uhrzeit: 16:30 Uhr

Ort: AOK PLUS Filiale Wurzen

Torgauer Str. 4

04808 Wurzen

Dr. med. habil. Ralf Robel, Leitender Arzt Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Wurzen

<https://www.sana.de/newsroom/unsere-starke-mitte-informationsveranstaltung-zum-thema-beckenboden-und-inkontinenz>