

Ostetrica Erica Cancedda

Specializzata in riabilitazione del pavimento pelvico.

PRESTAZIONI OFFERTE

- **VALUTAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO**

La valutazione del pavimento pelvico è finalizzata ad individuare eventuali disfunzioni pelvi-perineali per poter mettere in atto dei percorsi rieducativo-riabilitativi appropriati. La visita prevede una prima parte in cui verrà raccolta l'anamnesi ostetrica, ginecologica, urologica, proctologica e sessuale approfondita, mirata a indagare lo stato di salute generale e pelvico, seguita dalla visita pelvica.

Durante la visita pelvica si valuteranno i genitali esterni, i riflessi nervosi, la statica pelvica e tutti i muscoli del pavimento pelvico, superficiali e profondi, compresi gli sfinteri anali.

La valutazione pelvica è indicata:

- In presenza di disfunzioni pelviche (incontinenza, dolore pelvico, prolasso ecc.)
- A scopo preventivo a tutte le donne nell'arco della vita (dall'adolescenza alla menopausa)
- In previsione di una gravidanza, durante la gravidanza e nel dopo parto
- In menopausa

- **RIEDUCAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO**

La rieducazione viene effettuata quando sono presenti disfunzioni pelviche di lieve entità, per le quali è sufficiente un intervento educativo mirato al ripristino delle corrette abitudini igienico-comportamentali, completato dall'assegnazione di semplici esercizi da svolgere in autonomia.

- **RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO**

La riabilitazione pelvica è indicata in presenza di disfunzioni pelviche di entità da moderata a grave e prevede dei cicli di terapia ambulatoriale finalizzate al ripristino delle funzioni perineali danneggiate.

La terapia è strutturata in maniera tale da permettere la presa di coscienza da parte della paziente dell'attività dei muscoli pelvici, la coordinazione dei diaframmi (respiratorio e pelvico), il ripristino della corretta funzione muscolare di contrazione e rilassamento, l'automatizzazione del reclutamento della muscolatura pelvica durante le azioni della vita quotidiana.

La terapia riabilitativa è utile in caso di:

- Incontinenza urinaria
- Urgenza minzionale
- Incontinenza anale a gas e feci
- Prolasso
- Dolore pelvico
- Sessualità dolorosa
- Ridotta sensibilità sessuale
- Stitichezza cronica ed emorroidi

- **PERCORSO DI PREPARAZIONE PERINEALE IN GRAVIDANZA**

Il percorso di prevenzione e preparazione perineale in gravidanza e in vista del parto, prevede una prima valutazione pelvica da eseguire nel I°/II° trimestre in cui verrà valutata ed identificata la classe di rischio materna per l'insorgenza di traumi a carico del pavimento pelvico.

Nel caso in cui la salute perineale materna sia buona, verranno fornite alla mamma le informazioni necessarie a mantenere la salute perineale ed eventualmente assegnati esercizi da svolgere autonomamente a casa fino alla successiva valutazione nel III° trimestre. In caso contrario potrebbe essere necessario iniziare subito qualche seduta di riabilitazione.

- **PERCORSO DI RIDUZIONE/RIABILITAZIONE PERINEALE POST-PARTO**

Il percorso di rieducazione perineale nel post-parto è raccomandato indistintamente a tutte le donne, poiché permette il recupero muscolare e previene l'insorgenza delle disfunzioni pelviche precoci e/o tardive.

La visita viene effettuata preferibilmente nell'immediato dopo parto, entro i primi 7-10 giorni dalla nascita del bambino, **in ambulatorio o a domicilio**, a seconda delle esigenze materne. In alternativa si propone di effettuare la prima valutazione quanto prima, per poter trattare efficacemente alcune problematiche (esempio: prolasso) che possono regredire, fino alla completa risoluzione, solo se identificate tempestivamente.

In seguito, si studierà insieme alla mamma il percorso rieducativo o riabilitativo più appropriato alle sue esigenze.

CONTATTI

Tel. 350 5282633

E-mail: ostetrica.ericacancedda@gmail.com

Sito internet: <https://maya-benessere-donna.webnode.it/>

Pagina Facebook: MaYa Benessere Donna

Pagina Instagram: maya_benesseredonna

Dott.ssa Erica Cancedda