



Leiden Sie an ungewolltem Urinverlust ?

Sie sind nicht alleine!

Und es gibt gute Behandlungsmöglichkeiten! Gezielte Physiotherapieprogramme helfen, die Beschwerden zu reduzieren und die Lebensqualität zu verbessern.

Wir sind bestrebt, die Behandlungen stetig zu verbessern. Aus diesem Grund führen wir eine grosse Studie durch, bei der Sie mit einem bewährten Behandlungsprogramm durch spezialisierte Physiotherapeutinnen behandelt werden. Das Programm wird mit neuen Therapieansätzen ergänzt.

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Studienkoordinatorin Frau Irene König (Tel. **031 848 45 24** oder irene.koenig@bfh.ch) oder bei der Studienleitung:

Prof. Dr. med. Annette Kuhn
Leitende Ärztin Urogynäkologie
Universitätsklinik für Frauenheilkunde
Inselspital
3010 Bern
T 031 632 16 14 (Sekretariat)

Prof. Dr. Lorenz Radlinger
Leiter Angewandte Forschung und Entwicklung
Physiotherapie
Bernier Fachhochschule Gesundheit
Murtenstrasse 10
3008 Bern
T 031 848 35 87

Physiotherapie Studie zum Thema Belastungsinkontinenz

Die Berner Fachhochschule führt zusammen mit der Universitätsklinik für Frauenheilkunde des Inselspitals eine wissenschaftliche Studie durch. Dabei vergleichen wir zwei physiotherapeutische Behandlungsprogramme zur Aktivierung und Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur.

Für die Durchführung dieser Studie sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen.

Ziel der Studie

Das Ziel dieser Studie ist, die Wirkung von zwei Physiotherapieprogrammen hinsichtlich ihres Effektes auf die Belastungsinkontinenz bei Frauen zu vergleichen. Beide Programme sind standardisiert und nach den wissenschaftlichen Fakten der Physiotherapie, Sportmedizin sowie Trainings- und Bewegungslehre aufgebaut. Ein Programm betont wie bisher eher die willkürliche, schnelle, das andere die reaktive, reflektorische Anspannung der Beckenbodenmuskulatur.

Wer kann mitmachen?

Sie sind zwischen 18-70 Jahre alt und leiden an ungewolltem Urinverlust oder diagnostizierter Belastungsinkontinenz. Ihre letzte Geburt war vor mindestens einem Jahr und Sie sind nicht unter- oder übergewichtig (BMI 18-30). Zudem sind Sie in der Lage, Übungen wie kleine Sprünge und zehn Sekunden Joggen bei niedrigen Geschwindigkeiten auszuführen. Es darf keine Schwangerschaft und keine urogenitale Entzündung vorliegen.

Ablauf und Dauer der Studie

Prof. Dr. med. Annette Kuhn, Leiterin der Urogynäkologie der Frauenklinik des Inselspitals, untersucht Sie gynäkologisch und entscheidet, ob eine Studienteilnahme möglich ist oder nicht. Danach erhalten Sie alle nötigen Informationen zum weiteren Verlauf.

Im Bewegungslabor der Berner Fachhochschule wird die Aktivität des Beckenbodens im Stehen, beim leichten Joggen und bei verschiedenen Sprüngen gemessen. Die Messungen sind schmerzfrei und ohne Nebenwirkungen. Zudem füllen Sie zwei Fragebogen aus, damit wir Einschränkungen der Lebensqualität aufgrund Ihrer Inkontinenz erfassen können.

In der Physiotherapie der Frauenklinik des Inselspitals werden sie dann neun Mal physiotherapeutisch behandelt und Sie erhalten ein Heimprogramm mit Übungen. Das Programm dauert insgesamt 16 Wochen. Danach kontrollieren wir den Behandlungseffekt wieder im Bewegungslabor. Sechs Monate nach Beendigung der Therapie führen wir die Messungen nochmals durch, um den Langzeiteffekt erfassen zu können.

Zeitlicher Aufwand

Für die drei Erhebungen im Bewegungslabor müssen Sie jeweils mit einem zeitlichen Aufwand von ca. zwei Stunden rechnen. Die physiotherapeutischen Behandlungen dauern in der Regel jeweils ungefähr 30 Minuten. Die Behandlungen werden regulär durch die Krankenkasse (Grundversicherung) vergütet. Allerdings wird Ihr zeitlicher Aufwand nicht zusätzlich entschädigt und es gibt neben der Physiotherapie keinen weiteren Nutzen für Sie.

Sie dürfen jeder Zeit und ohne Nachteil aus der Studie aussteigen. Selbstverständlich erhalten sie trotzdem die angezeigte Therapie.

Ihre Daten werden in jedem Fall streng vertraulich behandelt. Bitte nehmen Sie zur Kenntnis, dass Ihre Daten beim Zustandekommen eines Kontakts registriert werden. Sollten Sie an einer Studienteilnahme nicht interessiert sein, werden Ihre Daten unverzüglich gelöscht.

Anmeldung

Wenn Sie bei unserer Studie gerne mitmachen möchten, melden Sie sich bitte bei der Studienkordinatorin Frau Irene König (Berner Fachhochschule Gesundheit):

Tel.: +41 31 848 45 24 oder Email: irene.koenig@bfh.ch

Wir freuen uns auf ihre Teilnahme!