



CH Glorieux

ZVB | SOINS INTÉGRÉS | PAYS DES COLLINES



MÉDECINE PHYSIQUE - REVALIDATION

Thérapie du plancher pelvien

La rééducation du plancher pelvien est un traitement visant à renforcer ou à détendre les muscles du périnée. En effet, ces muscles peuvent parfois être trop faibles ou trop tendus, ou ne pas fonctionner de la bonne manière ou au bon moment. Ceci touche aussi bien les hommes que les femmes et les enfants. Les problèmes peuvent survenir après un accouchement, après de multiples infections urinaires, à la ménopause, après une opération de la prostate ou de l'abdomen...

Associée à une posture et à des habitudes de vie appropriées, cette thérapie peut vous aider à réduire, traiter ou même éviter les problèmes du plancher pelvien.

Pendant la thérapie, les patients peuvent compter sur la discrétion, le soutien et la confiance du thérapeute.

POUR QUI ?

La thérapie du plancher pelvien s'adresse aux adultes (hommes et femmes) et aux enfants.

POUR QUELS PROBLÈMES ?

— ADULTS

PROBLÈMES URINAIRES

- Incontinence d'effort ou de stress : fuites urinaires lors de la toux, du rire, de l'éternuement, ou de l'exercice physique
- Incontinence d'urgence ou par impériosité : perte d'urine soudaine, persistante et involontaire
- Trop peu ou trop de mictions (5 à 8 mictions sont normales)
- Infections urinaires fréquentes
- Descente d'organes (prolapsus)
- Après une intervention chirurgicale (ex : hystérectomie, prostatectomie)

DOULEUR

- Douleur au niveau de la région du plancher pelvien
- Douleur pendant les rapports sexuels

PROBLÈMES FÉCAUX

- Constipation : moins de 3 fois par semaine
- Fuites de selles (solides ou liquides)
- impossibilité de retenir un gaz
- Prolapsus
- Après intervention chirurgicale

— ENFANTS

PROBLÈMES URINAIRES

- Accidents : si votre enfant (de plus de 4 ans) a des accidents réguliers dans la journée, voire des pertes de gouttes
- Pipi au lit : si votre enfant (de plus de 6-7 ans) n'est toujours pas propre la nuit
- Infections urinaires fréquentes
- Trop peu ou trop de mictions (normal : 5 à 8 mictions)
- Mictions “ urgentes “ quotidiennes et multiples

PROBLÈMES FÉCAUX

- Constipation : moins de 3 fois par semaine
- Incontinence fécale ou traces sales dans la culotte

TRAITEMENTS POSSIBLES

- Massage des cicatrices
- Relaxation : générale et/ou spécifique du plancher pelvien
- Exercices de musculation du plancher pelvien
- Conseils pour boire et uriner
- Conseils diététiques
- Electrostimulation
- Biofeedback
- Thérapie par ballons
- Correction de la posture/entraînement à la stabilité du tronc

DÉROULEMENT

- Le médecin traitant rédige une **ordonnance**
- La thérapie commence par un **entretien informatif**
- Le traitement se déroule en individuel
- Ces exercices peuvent être effectués à l'aide d'un **appareil de biofeedback**
- Le patient suit la thérapie 1 ou 2 fois par semaine
- Un programme d'exercices à domicile est nécessaire pour obtenir des résultats



CONTACTS PRATIQUES

MÉDECINE PHYSIQUE - REVALIDATION

Dr L. Huyghebaert
Dr L. Van Brabander
Dr R. Verjans
Dr C. Ackerman

RENDEZ-VOUS VIA LE SECRÉTARIAT

055 23 60 44 of 055 23 36 52
secretariaat.revalidatie@azglorieux.be

Des informations supplémentaires sont disponibles sur le site www.chglorieux.be.

ASBL WERKEN GLORIEUX | CH GLORIEUX

Avenue Glorieux 55, 9600 Renaix • T +32 55 23 30 11
info@azglorieux.be • www.chglorieux.be
0424.380.938 • RPM Gand, dép. Audenarde

