

## **Brækken, Ingeborg Hoff, et, al 2024 Abstract**

### **PFMT vs. Intravaginale ES zur Behandlung von Harninkontinenz und Organprolaps des Beckenbodens**

**Ziel** Ziel der Studie war es, die Hypothese zu untersuchen, dass intravaginale elektrische Stimulation (iES) die Beckenbodenmuskulatur (PFM) stärker stärkt als Beckenbodentraining (PFMT) bei Frauen mit schwachen Beckenbodenmuskeln, die an Harninkontinenz (UI) und Beckenorganprolaps (POP) leiden.

**Ergebnisse** Die Studie zeigte, dass sowohl iES als auch PFMT machbare Interventionen bei Frauen mit schwacher PFM sind. Frauen in beiden Gruppen steigerten ihre PFM-Kraft und berichteten von Verbesserungen bei Symptomen des POP und der Harninkontinenz.

**Teilnehmer und Forscher** Fünfzehn Frauen über 18 Jahren, mit einem Medianalter von 49 Jahren, wurden für die Studie rekrutiert.

Die Forscher waren: Ingeborg Hoff Brækken, Abteilung für Forschung und Innovation, Akershus Universitätskrankenhaus, Beckenbodenzentrum, Lørenskog, Norwegen und Gesundheitsabteilung der Gemeinde Northern Follo, Kolbotn Physiotherapie Institut, Kolbotn, Norwegen; Tove K. L. S. Villumstad, Gesundheitsabteilung der Gemeinde Northern Follo, Kolbotn Physiotherapie Institut und Medizinische Abteilung, Physiotherapie, Akershus Universitätskrankenhaus, Beckenbodenzentrum; und Natalie Michelle Evensen, Gesundheitsabteilung der Gemeinde Northern Follo, Centrum Physiotherapie Ski DA, Ski, Norwegen.

**Methoden** Acht der Frauen wurden der iES-Gruppe und sieben der PFMT-Gruppe zugewiesen. Beide Gruppen erhielten 12 Einzeltherapiesitzungen über einen Zeitraum von sechs Monaten.

Die Teilnehmerinnen der iES-Gruppe verwendeten das NeuroTrac MyoPlus Pro Muskelstimulationsgerät (Verity Medical) mit zwei selbstklebenden Verity Medical Elektroden und einer Vaginalsonde einmal täglich während des Studienzeitraums. Die Parameter der elektrischen Stimulation wurden an jede Teilnehmerin angepasst.

Die PFMT-Gruppe führte PFM-Übungen zweimal täglich zu Hause durch, mit zusätzlichen Unterstützungstechniken nur während der Therapiesitzungen. Vaginale Palpation und Elektromyographietests (EMG) mit dem NeuroTrac MyoPlus Pro wurden vom behandelnden Physiotherapeuten verwendet, um das Training zu begleiten.