

## **Reduzieren Beckenbodenmuskelübungen die postpartale anale Inkontinenz?**

### **Ziel**

Ziel ist es, die Wirkung von Beckenbodenmuskelübungen (PFME) auf die postpartale anale Inkontinenz (AI) zu bewerten.

### **Ergebnisse**

Die Ergebnisse zeigen, dass individuell angepasste PFME die Symptome der postpartalen AI reduzieren. Die Analyse der nicht imputierten Daten zeigte, dass Frauen, die wöchentliche PFME durchführten, ihre AI-Werte stärker verbesserten als die Frauen in der Kontrollgruppe.

Die Frauen in den Interventionsgruppen zeigten auch eine erhöhte Fähigkeit, freiwillige Beckenbodenmuskelkontraktionen (VPFMC) durchzuführen, und beide Studien wiesen niedrige Abbruchquoten auf. Regelmäßige Beckenbodenmuskelübungen könnten eine wirksame Behandlung für postpartale anale Inkontinenz sein.

### **Teilnehmer und Forscher**

Einundneunzig Frauen mit postpartaler AI in einer randomisierten kontrollierten Studie. Die Studie war nicht verblindet, alle Teilnehmer wurden über die Verfahren informiert.

Das Forschungsteam bestand aus: HH Johannessen, Abteilung für Physiotherapie, Østfold Hospital Trust, Grålum, Norwegen; A Wibe, Abteilung für Krebsforschung und Molekularmedizin, Norwegische Universität für Wissenschaft und Technologie, Trondheim, Norwegen und Abteilung für Chirurgie, St. Olavs Hospital, Trondheim Universitätskrankenhaus; A Stordahl, Abteilung für Chirurgie, Østfold Hospital Trust, Grålum, Norwegen; L Sandvik, Zentrum für Biostatistik und Epidemiologie, Oslo Universitätskrankenhaus, Oslo, Norwegen; und S Mørkved, Abteilung für öffentliche Gesundheit und Allgemeinmedizin, Norwegische Universität für Wissenschaft und Technologie, Trondheim, Norwegen, Abteilung für klinische Dienste, St. Olavs Hospital, Trondheim Universitätskrankenhaus, Trondheim.

### **Methoden**

Die Interventionsgruppe erhielt sechs Monate lang individuelle, physiotherapeutisch geleitete PFME, während die Kontrollgruppe schriftliche Informationen über PFME erhielt. Frauen in der PFME-Gruppe ohne freiwillige Beckenbodenmuskelkontraktionen (VPFMC) wurde eine elektrische Stimulation mit Neurotrac ETS Pelvitone-Geräten (Verity Medical) und einer harten Analsonde Anuform (Neen Mobilis Health Care Group, UK) zur häuslichen Verwendung

angeboten, bis sie in der Lage waren, aktive VPFMC durchzuführen und die PFME-Behandlung zu beginnen.

Das vollständige Abstract finden Sie unter  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27272501/>.