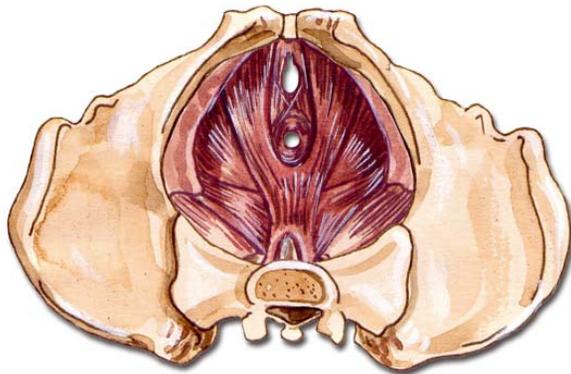


Wichtige Funktionen des Beckenbodens

Tragen: Die gurtende Funktion der Muskulatur sichert die Lage der Bauchorgane und durch das Halten dieser Organe an der richtigen Stelle auch die Kontinenz, also die Fähigkeit Urin, Stuhl oder Winde zu halten. In Zusammenarbeit, mit den umgebenden Muskeln stabilisiert der Beckenboden das Becken im Stehen und beim Gehen. In der Schwangerschaft hält der Beckenboden das Baby.

Verschließen: Drucksteigerungen im Bauchraum wie Husten, Niesen oder Lachen werden von der Muskulatur reflektorisch bzw. reaktiv abgefedert. Sind Blase und oder Darm gefüllt, muss die Muskulatur reagieren (der sogenannte Kontinenzwinkel verkürzt sich), Harnröhren- und Afterschließmuskel müssen sich zuschnüren.

▼ Der Beckenboden trägt die Organe und in der Schwangerschaft das Baby.



► Der Beckenboden federt das Husten ab.

