

"The sleeper" Tamara De Lempicka

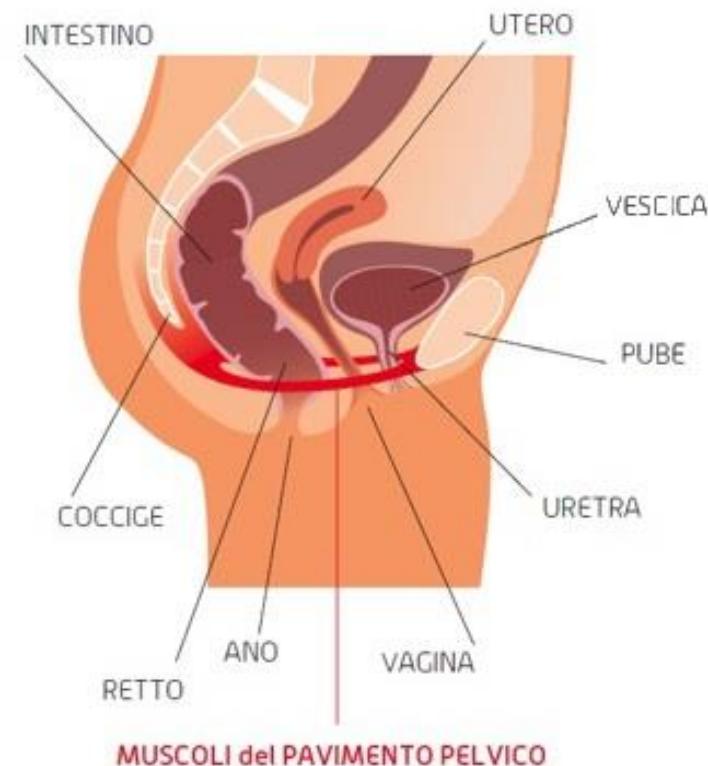
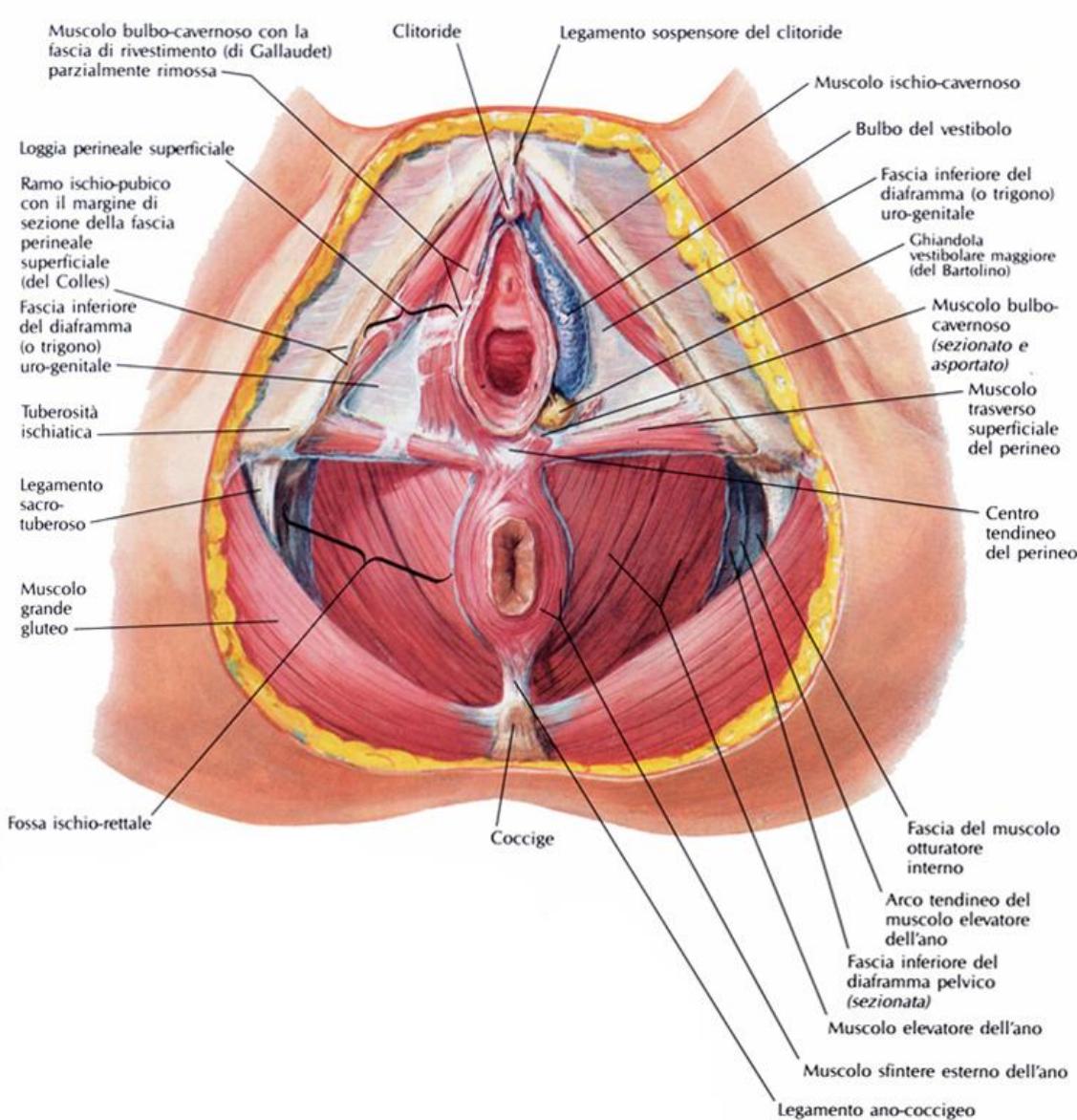
Bianzè, 15 gennaio 2019.

Incontinenza urinaria e non solo

PREVENIRE E CURARE LE DISFUNZIONI PERINEALI FEMMINILI

DANIELA BATTÙ

Cos'è e dov'è il perineo



Riabilitazione perineale...di cosa si tratta?

- ✓ Si tratta di un insieme di tecniche specifiche, che mirano a prevenire e correggere eventuali disfunzioni del pavimento pelvico.
- ✓ Il pavimento pelvico è un sistema muscolare di estrema importanza per il sostegno e la sospensione dei visceri pelvici, la continenza urinaria e anale, il parto e la funzione sessuale.

“Ritratto di Ira P.” Tamara De Lempicka

COSA TRATTA?

DISTURBI URO-GINECOLOGICI

- ✓ Perdita involontaria di urina
- ✓ Urgenza ad urinare
- ✓ Necessità di urinare spesso in assenza di infezioni urinarie
- ✓ Dolore e disfunzioni post-parto
- ✓ Senso di peso dovuto alla presenza di prolassi
- ✓ Dolore perineale
- ✓ Dispareunia o diminuzione della percezione sessuale

DISTURBI PROCTOLOGICI

- ✓ Urgenza alla defecazione
- ✓ Stipsi
- ✓ Difficoltà alla defecazione
- ✓ Mancata capacità di coordinare le spinte defecatorie
- ✓ Senso di peso anale
- ✓ Dolore anale

“Ragazza coi guanti” T. De Lempicka

INCONTINENZA URINARIA

“Qualsiasi perdita involontaria di urina”

International Continence Society

Nel mondo gli incontinenti sono oltre 200 milioni

In Europa gli incontinenti sono 36 milioni

In Italia sono 3-5 milioni

**Circa 360 mila sono in Piemonte
(26% della popolazione)**

“The model” T. De Lempicka

INCONTINENZA URINARIA DA SFORZO

Si manifesta in occasione di sforzi fisici
(tosse, starnuti, sollevamento pesi..)

INCONTINENZA URINARIA D' URGENZA

Fuga d' urina accompagnata o immediatamente preceduta
da urgenza

INCONTINENZA URINARIA MISTA

Sono presenti entrambe le precedenti condizioni

“The girls” T. De Lempicka

**La riabilitazione del pavimento pelvico
costituisce il primo approccio terapeutico per la
cura dell' incontinenza urinaria**

1. Percepire

2. Allenare

3. Automatizzare

“Primtemps” T. De Lempicka



FATTORI DI RISCHIO

- ✓ Obesità
- ✓ Fumo
- ✓ Gravidanza, parto
- ✓ Menopausa
- ✓ Invecchiamento
- ✓ Diabete
- ✓ Malattie renali
- ✓ Interventi chirurgici

"Maternity" T. De Lempicka

PREVENIRE E' MEGLIO CHE CURARE

- ✓ Alimentazione equilibrata
- ✓ Attività fisica costante, ma non stressante
- ✓ Funzionalità intestinale regolare
- ✓ Moderare l' assunzione di caffè, the, bevande gasate, coca-cola, cioccolato

“Woman in a yellow dress” T. De Lempicka

"Il turbante verde" T. De Lempicka

LA VERA PREVENZIONE... FIN DA PICCOLI!!!

A tre anni si sviluppa la capacità di controllare le minzioni

ma...

L' 80% dei bambini non sa fare la pipì

- ✓ Tengono troppo a lungo la pipì
- ✓ Urinano all'ultimo momento
- ✓ Non svuotano completamente la vescica
- ✓ Non urinano in bagni pubblici o scolastici
- ✓ Sono affetti da stipsi
- ✓ Bevono poco a scuola!!
- ✓ Urinano poco a scuola!!!



"Kizette al balcone" T. De Lempicka

“Portrait of Evelyn P.” T. De Lempicka



✓ Maschi e femmine abbassano indumenti e biancheria solo fino alle ginocchia

✓ Spesso sono seduti affondati nell' asse del gabinetto senza riduttore

✓ Le gambe rimangono a penzoloni e le cosce sono serrate

IN SEGUITO A CIO' ...



- ✓ Gocce di urina ristagnano nel vestibolo, tra le piccole labbra della bambina o nel prepuzio del bambino
- ✓ Il mitto è debole, c'è un ristagno dopo la minzione, si può bagnare la biancheria

QUINDI...

- ✓ Irritazioni
- ✓ Infiammazioni
- ✓ Esagerata frequenza delle minzioni
(pollachiuria)



"Portrait de Mademoiselle Poum Rachou" T. De Lempicka

GRAVIDANZA E PARTO: QUALI RESPONSABILITÀ?

Incontinenza urinaria

21,6% al terzo mese postpartum

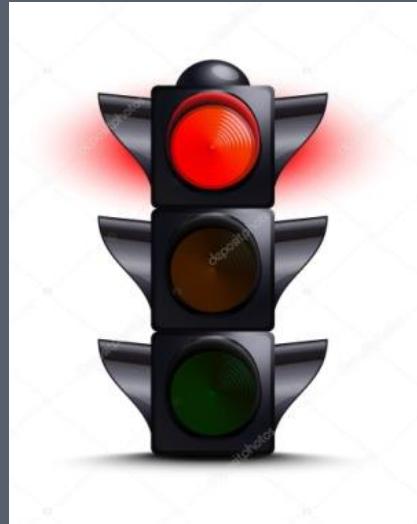
- ✓ 14% prima della gravidanza
- ✓ 53 % durante la gravidanza
- ✓ 32% dopo il parto

- ✓ 61% Incontinenza da stress
- ✓ 15,5% incontinenza da urgenza
- ✓ 12,4% incontinenza mista

G. Torrisi, G. Minini, F. Bernascona, A. Perrone, G. Trezza, V. Guardabasso, G. Ettore *A prospective study of pelvic floor dysfunction related to delivery.*



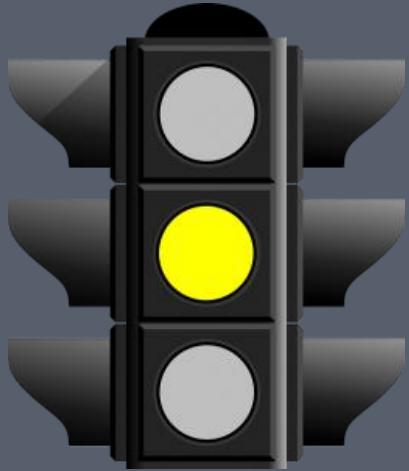
"Autoritratto sulla Bugatti" T. De Lempicka



- Età della partoriente
- Dimensioni del bimbo ≥ 4 Kg
- Durata del II stadio del travaglio ≥ 60 min
- Parto strumentale



"In the middle of summer" T. De Lempicka



- ✓ Parti plurimi
- ✓ Episiotomia
- ✓ BMI



"The straw hat" T. De Lempicka

RIASSUMENDO...

SE

- ✓ Sintomi prima/dopo la gravidanza
- ✓ Parto strumentale
- ✓ Lacerazione importante del perineo

**FORTEMENTE CONSIGLIATA
UNA VALUTAZIONE DEL
PAVIMENTO PELVICO**



"Calla lillies" T. De Lempicka

IN OGNI CASO...

- Un travaglio condotto il più fisiologicamente possibile, sia per quel che riguarda i tempi che le modalità di svolgimento
- Un' adeguata terapia comportamentale ed un adeguato allenamento della muscolatura perineale prima e durante la gravidanza

POSSENO PREVENIRE E/O RIDURRE I TRAUMI PERINEALI POST-PARTUM



**E' ora di parlarne
per sapere ed
essere informate!**



"Wide brimmed hat" T. De Lempicka

GRAZIE