

Il sesso, l'età, il peso corporeo, le gravidanze, la stipsi ostinata e prolungata nel tempo, i cambiamenti ormonali, il tipo di lavoro svolto, gli hobby, l'attività sportiva praticata posso favorire la discesa degli organi pelvici (vescica, utero, retto) determinando alterazioni della funzionalità uro-genitale e defecatoria

La presenza di un prolasso può compromettere la vita sessuale, sociale, lavorativa e lo stato d'animo della persona



Da anni, presso l'Unità Operativa di Medicina Riabilitativa è attivo un ambulatorio dedicato alla riabilitazione pelvi-perineale. Il trattamento è esteso a problematiche relative all'incontinenza urinaria maschile e femminile, ai prolassi uro-genitali, al dolore pelvico cronico ed ai disordini dell'intestino (stipsi ed incontinenza fecale).

IRCCS INRCA - POR Ancona
UOC di Medicina Riabilitativa
Via della Montagnola 81, Ancona

Referenti

Dr.ssa F. D'Ambrosio
Dr.ssa P. Giacchetti
Dr.ssa C. Camilletti
Dr.ssa B. Cavallari
Dr.ssa V. Bugari

Informazioni

Tel. 071 800 3459
E-mail: amb.riabilitazione@inrca.it



UOC di Medicina Riabilitativa

Direttore: G. Riccardi

Prolasso



Prima che sia troppo tardi

Segnali di Allarme



- Senso di peso o ingombro addominale/pelvico
- Dolore lombare o al basso ventre
- Dolore quando ci si siede e/o ai rapporti sessuali
- Stitichezza
- Infezioni ricorrenti alle vie urinarie
- Incontinenza urinaria o ritenzione
- Getto deviato, esitazione minzionale
- Senso di disagio/dolore per periodi prolungati in piedi o per lunghe camminate

Cosa Non Fare



- Sollevare o spostare pesi
- Assumere la posizione accovacciata per lungo tempo
- Stare in piedi a lungo
- Attività sportive ad alto impatto (corsa, zumba, sollevamento pesi ...)
- Spinte evacuative prolungate
- Stazionare a lungo sul wc

Cosa Fare

- Controllo del peso corporeo
- Favorire la regolarità evacuativa
- Utilizzare strategie e precauzioni nella movimentazione dei pesi
- Adottare posizioni di scarico nel corso della giornata (sdraiarsi a gambe leggermente sollevate ...)
- Selezionare le attività sportive
- Adeguato utilizzo della respirazione
- Controlli specialistici periodici, in particolare nei cambi ormonali o all'insorgenza dei sintomi

