



Ordens
klinikum
Linz

Becken
Boden
Zentrum



„Muskelpaket Beckenboden stärken“

Der Beckenboden ist ein echtes Kraftpaket. Er zählt zu den wichtigsten Muskelgruppen des Körpers und ist Stütze für unsere Verdauungs- und Fortpflanzungsorgane. Durch eine Schwangerschaft und Geburt wird der Beckenboden der Frau stark belastet. Senkungs- und Inkontinenzbeschwerden können die Folge sein. Mit gezieltem Beckenbodentraining kann der Beckenboden jedoch wieder gestärkt werden. Das Beckenboden Zentrum des Ordensklinikums Linz Barmherzige Schwestern bietet Hilfe zur Selbsthilfe und lädt zu kostenlosen Informationsveranstaltungen herzlich ein.

Mi, 04.03.2020, 18:00 Uhr

Der Beckenboden nach der Geburt

Julia Wolkerstorfer, Hebamme

OA Dr. Michael Häusler, Gynäkologe

Mi, 03.06.2020, 18:00 Uhr

Einführung in effektives Beckenbodentraining

Sabine Hackl, Physiotherapeutin

Selbsthilfegruppe Beckenboden

Ordensklinikum Linz Barmherzige Schwestern
3. Stock, Lift K4/K5, Seminarraum 1

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Es ist keine Anmeldung erforderlich.