

Femcon®

PATENT PENDING Nr. 863025300

Zum Testen und Kräftigen der Beckenbodenmuskulatur

Die Therapie mit Femcon® ist bei einer Schwäche der Beckenbodenmuskulatur zu empfehlen. Diese Muskelgruppe hat eine wichtige Funktion im weiblichen Organismus. Sie hält die Beckenorgane in der richtigen Funktionsstellung. Durch Schwangerschaft, vaginale Geburten und andere körperliche Belastungen kann es zur Überdehnung der Beckenbodenmuskulatur und in der Folge zur Fehllage der Beckenorgane kommen.

Durch gezieltes Training mit Femcon® wird die Beckenbodenmuskulatur wieder gekräftigt, wodurch Funktionsstörungen der Blase und anderer Beckenorgane korrigiert oder verhindert werden können.

Das Üben mit Femcon® ist einfach und führt bei konsequenter Anwendung schon nach wenigen Wochen zum Erfolg.

Femcon® ist ein Set aus fünf gleich großen tamponförmigen Vaginalkonusen mit unterschiedlichem Gewicht. Die fortlaufende Nummerierung gibt Auskunft über das Gewicht des Konus (Nr. 1/20 g, Nr. 2/32,5 g, Nr. 3/45 g, Nr. 4/57,5 g, Nr. 5/70 g).

Übungen mit Femcon® sind insbesondere angezeigt:

- zur Korrektur einer durch die Beckenbodeninsuffizienz verursachten Harn- und Stuhlinkontinenz bei Frauen, nach Entbindungen,
- zur Verhinderung einer Senkung der Gebärmutter (Descensus uteri) und anderer Beckenorgane,
- nach Operationen im kleinen Becken.

Mit Femcon® wird:

1. der Funktionszustand der Beckenbodenmuskulatur getestet,
2. die Beckenbodenmuskulatur durch gezielte Übungen gekräftigt.

Nur eine funktionstüchtige Beckenbodenmuskulatur ist in der Lage, die Beckenorgane (Blase, Gebärmutter usw.) in der richtigen Position zu halten.

Werden die Übungen regelmäßig und sorgfältig durchgeführt, kann bereits nach wenigen Wochen eine erworbene echte Harn- und Stuhlinkontinenz beseitigt oder zumindest wesentlich reduziert werden, sodass sich in den meisten Fällen eine Korrekturoperation vermeiden lässt.

Wirkprinzip

Wird der Konus in die Scheide (Vagina) eingeführt, neigt er durch sein Eigengewicht dazu, wieder herauszugleiten. Dieses Gefühl des „Verlierens“ löst eine nervale Reaktion aus, die wiederum die Beckenbodenmuskulatur zur Kontraktion um den Konus veranlasst. Durch willentliche Anspannung der noch vorhandenen Beckenbodenmuskulatur wird das Herausgleiten des Konus aus der Vagina verhindert (Biofeedback-Phänomen) und so gezielt die Muskulatur trainiert und dadurch wieder aufgebaut.

Wie stark die Beckenbodenmuskulatur auf diesen Reiz noch reagiert, kann von der Patientin selbst getestet werden.

Die Anwendung der Femcon®-Vaginalkonusen

Um festzustellen, wie kräftig die Beckenbodenmuskulatur noch ist, wird der Konus mit dem geringsten Gewicht (im Femcon®-Set der Konus mit der Nr. 1) tief in die Scheide eingeführt. Er sollte mindestens eine Minute ohne Anstrengung gehalten werden können. Gelingt dieser Test, wird er mit dem nächstschwereren Konus (Nr. 2) wiederholt usw.

Bild 1

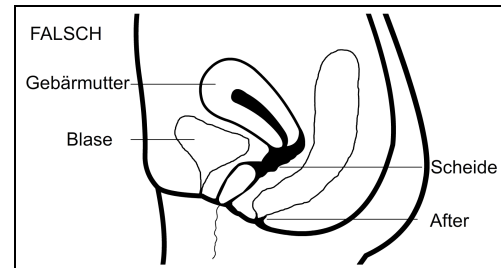
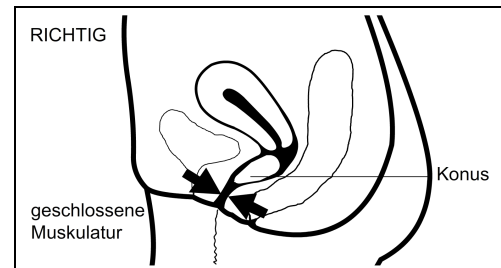


Bild 2



Der Konus, der gerade noch gehalten werden kann, gibt Aufschluss über den Funktionszustand und die Kraft der Beckenbodenmuskulatur. Die Übungen werden mit dem letzten Konus begonnen, der ohne Anstrengung eine Minute gehalten werden konnte. Im Stehen oder Herumgehen sollte mehrmals täglich trainiert werden, den Konus auch unter Belastung wie Husten, Niesen, Lachen und leichter Gymnastik für 10 bis 15 Minuten zu halten. In den ersten Tagen wird das Trainingsziel noch nicht erreicht werden. Der Konus muss deshalb immer wieder neu platziert werden.

Gelingt es, den Konus wiederholt 15 Minuten zu halten, wird die Übung mit dem nächstschwereren Konus in der gleichen Weise fortgesetzt.

Behandlungsergebnisse

Werden die Übungen mit Femcon® regelmäßig und sorgfältig durchgeführt, kann die Inkontinenz bereits nach wenigen Wochen wesentlich reduziert werden, was durch mehrere klinische Studien belegt wird.

Nach einer Entbindung ist das Training der Beckenbodenmuskulatur mit Femcon® zur Vermeidung einer später auftretenden Beckenbodeninsuffizienz sinn- und wirkungsvoll. Mit Hilfe von Femcon® lernen die Patientinnen nach wenigen Trainingswochen, ihre Beckenbodenmuskulatur auch ohne den Gebrauch der Konen zu trainieren. Mit Femcon® wird dann lediglich hin und wieder der Funktionszustand der Beckenbodenmuskulatur überprüft. Mit dieser Therapiemethode ist es möglich, bei zunehmender Bindegewebsschwäche und Wiederauftreten der Symptome bzw. Probleme eine rechtzeitige Anwendung durchzuführen, sodass auch in und nach den Wechseljahren eine wirksame Therapie möglich ist.

Besondere Hinweise

Während der Menstruation und bei Entzündungen der Vagina muss die Therapie ausgesetzt werden.

Zu Beginn der Übungen kann es zu Schmerzempfindungen („Muskelkater“) in der Becken- und Darmregion kommen. Hieran lässt sich erkennen, dass die Behandlung richtig durchgeführt wird und die bisher untrainierten Muskeln gekräftigt werden.

Die verwendeten Konen sollten regelmäßig gereinigt werden. Eine Desinfektion kann mit handelsüblichen Desinfektionsmitteln erfolgen. Vor der Wiederverwendung müssen eventuell am Konus befindliche Desinfektionsmittelreste gut mit Wasser abgespült werden. Eine Dampf- oder Trockensterilisation ist nicht möglich, da dies zur Verformung der Konen führen würde (eine Gassterilisation ist hingegen möglich).

Das Literaturverzeichnis und weitere Informationen erhalten Sie unter

www.myfemcon.de

Vertrieb:

Viomed Vertriebs GmbH
Berliner Str. 90
14797 Damsdorf
info@myfemcon.de
www.myfemcon.de