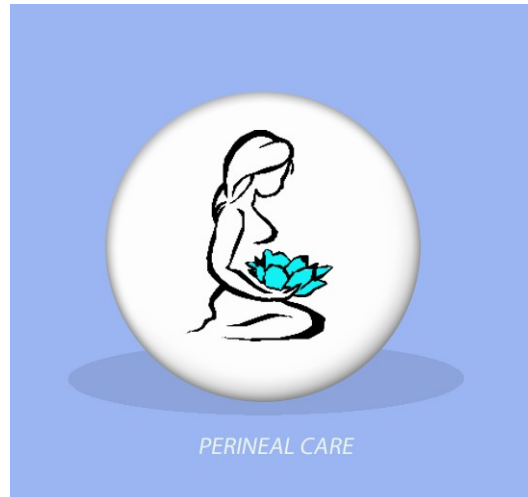


PERINEAL CARE



La gravidanza, il parto rappresentano, con la menopausa e la senilità, i più importanti fattori di rischio per l'instaurarsi di alterazioni della funzionalità del pavimento pelvico (perineo), quali ad esempio l'incontinenza urinaria e il prolasso degli organi pelvici, a causa di un progressivo indebolimento delle strutture muscolari che lo compongono, fenomeni a cui possono andare incontro anche le donne che hanno partorito tramite taglio cesareo.

Gli obiettivi del Perineal Care sono:

- promuovere stili di vita corretti rilevando e correggendo precocemente eventuali segni di alterazione della normale funzionalità del pavimento pelvico
- migliorare la consapevolezza della popolazione femminile attraverso la ricerca e il mantenimento del benessere, evitando che alcuni disturbi, di facile risoluzione, possano creare disagi fisici, psicologici suscitando sentimenti di imbarazzo e vergogna.

L'ambulatorio di Perineologia sito nel **Distretto Sanitario di Nichelino (Debouchè)** - *L.go delle Alpi 8* - fornisce due tipi di percorso:

- *Perineal Care in gravidanza*: è rivolto alle gravide dalla 24^a settimana di gestazione. E' costituito da incontri individuali, che comprendono l'informazione, l'educazione e la presa di coscienza del perineo e il training perineale (esercizi, massaggi perineali e stretching). Le gravide che hanno partecipato a questo percorso hanno probabilità minori di disfunzioni perineali e di traumatismi da parto come lacerazioni di II, III grado ed episiotomia.,
- *Perineal Care in puerperio*: si pone l'obiettivo di valutare, in puerperio, lo stato di integrità del pavimento pelvico, al fine di evidenziare precocemente e correggere eventuali alterazioni.

Si effettua a distanza di due mesi dal parto se non si sono evidenziati particolari problemi, altresì, a distanza di un mese, se sono state rilevate eventuali problematiche sul versante:

- urinario (incontinenza urinaria),
- fecale (incontinenza gas e/o feci),
- sessuale (dolore durante i rapporti sessuali).

Per prenotazioni, telefonare **dalle ore 8.30 alle ore 15.30, dal lunedì al venerdì, al numero 01168020616.**