



# Starker Beckenboden für mehr Lebensqualität: Gezielt gegen Inkontinenz

Rund zehn Prozent der Frauen bis 30 Jahre sind von Inkontinenz betroffen, bei Frauen bis 50 Jahre ist es sogar jede vierte.\* Der unfreiwillige Harnverlust ist noch immer ein Tabuthema, wenngleich die Harninkontinenz als die häufigste chronische Erkrankung bei Frauen gilt. Dem damit verbundenen Verlust der Lebensqualität Abhilfe zu schaffen, ist das Ziel von CRISTAL ReVive®. Die innovative Technologie bietet eine unkomplizierte und effiziente Behandlung zur Stärkung des Beckenbodens – und gegen die Inkontinenz.

Sabrina Kirsten

**W**enn nach der Schwangerschaft der Beckenboden geschwächt ist oder das Alter die tiefe Beckenbodenmuskulatur lockert, ist dies ein zunächst nicht sichtbares Problem.

Doch betroffene Frauen merken schnell eine Veränderung: Beim Husten oder Niesen gehen zunächst wenige Tropfen Harn ab. Auch beim Anheben von Lasten oder beim Lachen passiert es mitunter immer häufiger. Nicht immer reicht ein klassisches Beckenbodentraining aus, um diesen Umstand zu beheben. Die Inkontinenz schreitet somit – unzureichend behandelt – weiter voran und reduziert die Lebensqualität. Der Alltag von Betroffenen wird von einem eingeschränkten Wohlbefinden geprägt, der Nutzung von diskreten Hilfsmitteln und der steten Sorge, dass das Umfeld einen Geruch wahrnehmen könnte.

Allein in Deutschland sind rund zehn Millionen Menschen von Inkontinenz betroffen.\* Die Ausprägungen reichen von wenigen Tropfen bei Belastung bis hin zum vollständigen Verlust der Blasenkontrolle. Die häufigste Ursache für Inkontinenz ist eine geschwächte Beckenbodenmuskulatur,

welche ihre Funktion im Bereich der Harnblase nicht mehr oder nur noch eingeschränkt erfüllen kann. Frauen sind von Inkontinenz häufiger betroffen als Männer.

## Ursachen für Beckenbodenschwächen nur bedingt beeinflussbar

Die Gründe für Beckenbodenschwächen bei Frauen sind vielfältig. Sie können einerseits durch Schwangerschaft und Geburt entstehen, aber auch durch Bewegungsmangel (langes Sitzen), Übergewicht, Konsumverhalten (Rauchen), körperlich schwere Arbeit und erbliche Vorbelastungen auftreten. Zudem kann ein geschwächter Beckenboden auch eine Folge der natürlich nachlassenden Gewebestabilität im Alter sein.

Insbesondere bei hormonellen Schwankungen kann die Stabilität der Beckenbodenmuskulatur reduziert werden. Dies ist beispielsweise in der Schwangerschaft der Fall, wenn Hormone, z. B. Östrogen, das Gewebe weich und elastisch machen. Ähnliche Einflüsse haben Hormone in der Zeit der Wechseljahre. Entsprechend kann ein gesun-

der Lebensstil mit viel Bewegung zwar unterstützend wirken, jedoch das Auftreten einer Inkontinenz nicht immer gänzlich vermeiden.

## Herkömmliche Behandlungen für Frauen bei Harninkontinenz oft nicht ausreichend

Die Therapie bei Inkontinenz besteht je nach Ausprägung und Art aus verschiedenen Varianten. Bei Belastungs- und Dranginkontinenz besteht sie in der Regel aus einem umfassenden Beckenbodentraining, mitunter auch ergänzt mit einer weiterführenden Therapie mit Medikamenten bis hin zu operativen Maßnahmen. Da der Beckenboden jedoch tief im Unterleib liegt, sind gezielte Übungen für das Beckenbodentraining nötig. Bei unzureichender Anleitung, beispielsweise über die Behandlung bei Physiotherapeuten, und fehlender Disziplin in der Weiterführung der Übungen, sind jedoch nur bedingt die gewünschten Verbesserungen zu erwarten.

Eine neue Option für die Behandlung bietet sich mit der innovativen Technologie im CRISTAL ReVive®. Die hochwertige Trainings- und Behandlungsmethode ermöglicht den gezielten Muskelaufbau mit Magnetwellen bis in die tiefen Schichten der Beckenbodenmuskulatur – und das ohne anstrengendes Training und das Risiko von Übungsfehlern.

## Elektromagnetische Muskelstimulation im tiefen Beckenboden

CRISTAL ReVive® setzt mit elektromagnetischer Muskelstimulation in der tiefen Beckenbodenmuskulatur an: Der

komfortable Behandlungsstuhl ist so konzipiert, dass er ein elektromagnetisches Feld aufbaut, das je nach Einstellung unterschiedlichste Bereiche der Beckenbodenmuskulatur erreicht. Die Technologie löst unfreiwillige Muskelkontraktionen in der angesprochenen Muskulatur aus. Der Körper erfährt dabei eine Simulation von bis zu 500 Trainingseinheiten natürlicher Übungen, benötigt hierfür jedoch nur eine Behandlungszeit von bis zu 40 Minuten.

Patienten müssen einfach nur komfortabel Platz nehmen und können während der Behandlung Musik hören, lesen oder sich mit vergleichbaren Tätigkeiten die Zeit vertreiben. Die simulierten Übungen lösen im Körper die gleichen Effekte aus, die auch bei klassischen Trainingseinheiten erfolgen. So werden die Muskelfasern durch die Beanspruchung in der Folge der Behandlung vom Organismus gezielt gestärkt, der Beckenbodenmuskel wird gefestigt und kann durch die spürbaren Effekte im Körpergefühl anschließend durch die Patienten selbst besser kontrolliert und bei künftigen Übungen für das Beckenbodentraining leichter aktiviert werden. Je nach Ausprägung der Inkontinenz sind zwei Behandlungen in der Woche sinnvoll, wobei ein Behandlungszyklus von vier bis sechs Behandlungen in der Regel eine deutliche Verbesserung der Symptome mit sich bringt.

## CRISTAL ReVive® für die gezielte Stärkung des Beckenbodens

Die CRISTAL ReVive® Behandlung eignet sich vor allem für Frauen, die Inkontinenz oder andere Beschwerden durch einen geschwächten Beckenboden entwickelt haben. Bereits wenige Wochen nach den ersten Behandlungssitzungen verbessert sich das Körpergefühl nachhaltig und reduziert die Symptome der Inkontinenz. Hiervon profitiert die Zufriedenheit mit dem eigenen Körper ebenso wie die Lebensqualität. Zuvor erzielte Erfolge im Beckenbodentraining werden durch die Behandlung mit CRISTAL ReVive® gefestigt und erweitert. Wird im Anschluss an einen Behandlungszyklus ein herkömmliches Beckenbodentraining fortgeführt, können die neuen Strukturen in der Beckenbodenmuskulatur lang anhaltend bis dauerhaft erhalten bleiben.

Neben der Behandlung von Frauen mit Schwächen in der Beckenbodenmuskulatur sollen künftige Behandlungsprotokolle auch für Männer geeignet sein, um ihnen bei der Behandlung von Inkontinenz, Erektionsstörungen und vergleichbaren Erkrankungen zu einem gestärkten Beckenboden zu verhelfen.

Erfahren Sie mehr über die neue Form der Inkontinenz-Behandlung unter [www.ice-aesthetic.com/Revive](http://www.ice-aesthetic.com/Revive)

\* Quelle: <https://www.insenio.de/ratgeber/inkontinenz-zahlen-und-fakten/>

ICE AESTHETIC GmbH  
Tel.: +49 30 88692158  
[www.ice-aesthetic.com](http://www.ice-aesthetic.com)

