



## Rééducation périnéale ou urogynécologique chez la femme

### Pour qui ? Pourquoi ?

Les physiothérapeutes effectuant de la rééducation périnéale à l'Hôpital du Jura sont amenés à intervenir dans différents domaines, essentiellement chez la femme, mais aussi chez l'homme.

Chez la femme : 25 à 40% ont des problèmes d'incontinence principalement aux âges charnières de la vie : celui de la maternité, celui de la périménopause-ménopause.

Pour soigner certains troubles de la continence urinaire et/ou anale ainsi que les perturbations liées à la descente d'organe et dans une moindre mesure pour améliorer la sexualité.

Avoir un bon périnée est un facteur de préservation de cette continence.

Chez l'homme : 3-5% quadragénaires et 10% des sexagénaires sont concernés.

Principalement pour soigner les troubles de la continence liés aux problèmes de prostate.

**La rééducation intervient en première ligne** : elle vise par des contractions des muscles du périnée et par d'autres techniques à le renforcer. Cette prestation est offerte à l'Hôpital du Jura depuis 1989.



Un **périnée**  
subit tous les jours  
de fortes **pressions**.

LES MUSCLES DU PÉRINÉE S'ENTRETIENNENT  
COMME TOUS LES AUTRES MUSCLES.