

プレスリリース
骨盤底リハビリ外来を開始

長野県厚生農業協同組合連合会佐久総合病院本院（佐久市臼田 197 番地、病院長：伊澤 敏）の女性泌尿器科で骨盤底リハビリ外来を開始いたします。

骨盤底リハビリ外来

開設日時：第 1, 3, 5 金曜日 午後

開設場所：本院泌尿器科外来

対 象：女性のみ

費 用：自費診療。1 回 40 分 3,500 円（税別）

内 容：骨盤底筋の筋力訓練を目標とする超音波装置などを使用した個別指導を基本とし、姿勢評価などから、患者さん一人ひとりに応じて組み合わせた、腹部から骨盤底の総合的な筋力訓練を行います。

そ の 他：完全予約制。初回までに医師の診察を受ける必要があります

予約・問い合わせ：佐久総合病院本院 泌尿器科外来

月～金曜日（祝日を除く）15 時 00 分～17 時 00 分

予約開始日：2019 年 12 月 1 日

診療開始日：2020 年 1 月 17 日

骨盤底リハビリ外来では、骨盤底リハビリの研修を受けた理学療法士が指導をいたします。また、医師、理学療法士は全員女性です。約 3 カ月間（月に 1 回を 3 カ月）の継続で 7 割ほどの方の症状の改善が期待されます。患者さんの希望に応じて、頻度や回数を対応いたします。

【開設の背景】

女性は出産や加齢、肥満などによって骨盤底筋にダメージを受けやすくなります。骨盤底筋が弱ると、腹圧性尿失禁や過活動膀胱、骨盤臓器脱などが起こりやすくなります。予防や軽度の症状には骨盤底筋群を鍛える骨盤底筋体操（トレーニング）に効果があると言われており、副作用もないことから推奨されています。最近では骨盤底筋体操を扱う WEB サイトや書籍類は数多く存在し、ご自身で体操を行っている女性も多くなりました。しかし、実際に上手に骨盤底筋を動かしている女性は少ないのが現状です。骨盤底筋の正しい収縮が得られるよう、女性理学療法士による指導を取り入れました。

【開設の経緯】

今までは、女性泌尿器科の診察の中で、医師がある程度の指導を行っていました。患者数増加に伴い診療時間内での指導に限界が生じ、骨盤底筋トレーニングの研修を受けた理学療法士によるより専門的な個別指導を開始することとしました。

【報道機関からの本件に関するお問い合わせ先】

佐久総合病院 広報課 担当：新海

TEL 0267-82-3131 FAX 0267-82-7533

受付時間

月～金曜日（祝日を除く） 8 時 30 分～17 時 00 分