

Pressemitteilung

Penzberg, 5. Juni 2025

Die Scham vor Inkontinenz nehmen: Mediziner klären über Erkrankungen des Beckenbodens auf

Informationstag des Beckenbodenzentrums Starnberg-Penzberg

Penzberg – Zehn Millionen Menschen in Deutschland leiden unter verschiedenen Formen der Inkontinenz. Auch wenn die Zahl der Betroffenen hoch ist, überwiegt doch bei vielen noch immer die Scham, sich mit dem Thema tiefgreifend zu befassen – oftmals mit weitreichenden Folgen. „Viele betroffene Frauen und Männer nehmen keine Hilfe in Anspruch. In einigen Fällen wird somit eine erhebliche Einschränkung der Lebensqualität hingenommen, oft über viele Jahre“, sagt Dr. Valerie Meister, Funktionsoberärztin an der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des Klinikums Starnberg. Die Folgen seien häufig eine Einschränkung der körperlichen Aktivität und ein Rückzug aus dem sozialen und gesellschaftlichen Leben. Diese Krankheiten von der Stigmatisierung zu befreien, sei besonders wichtig, sagt Dr. Meister.

Dazu zählt auch Aufmerksamkeit zu schaffen und aufzuklären. Daher findet am 16. Juni 2025 am Interdisziplinären Beckenbodenzentrum Starnberg-Penzberg der Beckenbodentag statt. Am Klinikum Penzberg wird im Rahmen der Welt Kontinenz Woche 2025 der Deutschen Kontinenz Gesellschaft umfassend informiert. Was viele Betroffene nicht wissen: Bei Inkontinenz besteht häufig eine Besserungschance von 80 bis 90 Prozent. „In den vergangenen Jahren hat sich viel auf diesem Gebiet getan. Gerade die Störungen der Funktion des Beckenbodens lassen sich heutzutage mit überschaubarem Aufwand und gutem Erfolg behandeln“, sagt Dr. Meister. Voraussetzungen seien eine geeignete diagnostische Ausstattung, interdisziplinäres Denken und hohe ärztliche Erfahrung. Diese Expertise bietet das Interdisziplinäre Beckenbodenzentrum Starnberg-Penzberg, rund 250 Patienten werden hier jährlich behandelt. Ärzte und Therapeuten verschiedener Disziplinen arbeiten dabei in engem Austausch zusammen.

**Starnberger
Kliniken GmbH**

Oßwaldstraße 1
82319 Starnberg
T +49 8151 18-0
F +49 8151 18-2222
www.klinikum-starnberg.de

Geschäftsführung
Dr. Thomas Weiler

Pressekontakt
Nicole Schnell
Pressereferentin
Unternehmenskommunikation
T +49 8151 18-1404
nicole.schnell@starnberger-kliniken.de

Gesellschaft
Starnberger Kliniken GmbH
Amtsgericht München
HR-B 235409



Das häufigste Krankheitsbild neben der Schwäche der Harnblase (Urininkontinenz) bzw. des analen Schließmuskelapparates, sei die Beckenbodenschwäche, die zu Problemen wie Senkungen der Organe führen könne, erklärt Dr. Meister. Besonders betroffen seien Frauen nach Schwangerschaften, Geburten oder in den Wechseljahren, aber auch Männer könnten daran erkranken.

Zur Prävention empfehlen Experten vor allem regelmäßiges Beckenbodentraining, also gezielte Übungen, die die Muskulatur stärken. Außerdem sollte auf ein gesundes Gewicht geachtet werden, denn Übergewicht belastet den Beckenboden. Vermeiden sollte man auch schweres Heben und eine schlechte Körperhaltung, auch diese Faktoren können den Beckenboden zusätzlich strapazieren.

Am Beckenbodentag klären Ärzte, Pflegekräfte, Physiotherapeuten und externe Partner über die breitgefächerte Auswahl konservativer, chirurgischer, physio- und urotherapeutischer Behandlungsmöglichkeiten auf. Der Beckenbodentag bietet einen Physiotherapie-Workshop sowie eine Reihe von Vorträgen medizinischer Experten zu folgenden Themen:

- „Diagnostik und Therapie der Harninkontinenz der Frau“
- „Konservative und operative Therapie der analen Inkontinenz“
- „Die Beschwerden des unteren Harntraktes beim Mann“
- „Senkung des Beckenbodens – Erscheinungsformen, wann und wie behandeln?“

Beckenbodentag am Klinikum Penzberg im Rahmen der Welt Kontinenz Woche 2025 der Deutschen Kontinenz Gesellschaft.

Wann: Montag, 16. Juni 2025, 15-19 Uhr

Wo: Die Vorträge finden im Veranstaltungsraum des Klinikums Penzberg statt.

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht notwendig, mit einer Ausnahme: Von 17-19 Uhr wird ein Physiotherapie-Workshop angeboten. Da das Platzangebot dafür begrenzt ist, wird um vorherige Anmeldung gebeten – per E-Mail unter sprechstundenchirurgie.penzberg@starnberger-kliniken.de oder telefonisch unter 08856-910 131.



Begleitmaterial

- Foto: V.l.n.r.: Prof. Dr. Christoph Anthuber, Leiter des Beckenbodenzentrums, Frauenklinik, Dr. Barbara Kersek, Oberärztin der Frauenklinik, Prof. Dr. Christoph Seiler, Oberarzt der chirurgischen Klinik, Dr. Valerie Meister, Funktionsoberärztin der Frauenklinik, Dr. Christian Wissing, Oberarzt der chirurgischen Klinik, Dr. David Sailer, Ärztliche Leitung der Urologie des Beckenbodenzentrums, Rebekka John, Urotherapeutin, Dr. Carsten Dudek, Stellvertretende ärztliche Leitung der Urologie des Beckenbodenzentrums, Dr. Daniela Juse, Assistenzärztin der Frauenklinik, Dr. Susanne Rogers, Chefärztin der chirurgischen Klinik, Koordinatorin des Beckenbodenzentrums, Nadja Richter, Assistenzärztin der Frauenklinik. (Bildquelle: Klinikum Penzberg)

Die Holding Starnberger Kliniken GmbH vereint die Unternehmenstöchter Klinikum Starnberg, Klinikum Penzberg, Klinikum Seefeld, Klinik Herrsching | Schindlbeck und die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Außenstelle Wolfratshausen unter einem Dach. Geschäftsführer der Holding ist Dr. Thomas Weiler, Alleingesellschafter der Landkreis Starnberg. Ebenfalls zusammengeführt unter der Dachmarke „Starnberger Kliniken“ sind die Residence, die Berufsfachschule für Pflege, das Schulungszentrum für Notfallmedizin, die MVZs Herrsching, Penzberg und Starnberg.