



### Mit dem Auto

Verlassen Sie die Autobahn A 73 bei der Ausfahrt „Erlangen-Nord“. **Zu den Einrichtungen des Uni-Klinikums Erlangen** kommen Sie, wenn Sie zunächst der Beschilderung „Uni-Kliniken“ und dann „Chirurgisches Zentrum“ folgen. Bitte nutzen Sie das Parkhaus Uni-Kliniken (Schwabachanlage 14, Zufahrt über die Palmsanlage). **Zum Malteser Waldkrankenhaus St. Marien** gelangen Sie über die Essenbacher Straße und dann die Rathsberger Straße. Bitte folgen Sie der Beschilderung „Waldkrankenhaus“ und nutzen Sie das Parkhaus im Klinikbereich.



### Mit dem Zug

Alle Standorte sind vom Hauptbahnhof Erlangen (ICE-Anschluss) mit den Stadt-bussen 289 und 290 erreichbar.



### Urologische und Kinderurologische Klinik

Direktor: Prof. Dr. med. Bernd Wullich

### Standort Universitätsklinikum Erlangen

Krankenhausstr. 12 (Chirurgisches Zentrum), 91054 Erlangen

### Sekretariat:

Tel.: 09131 85-33683

Fax: 09131 85-34851

### Standort Malteser Waldkrankenhaus St. Marien

Rathsberger Str. 57, 91054 Erlangen

### Sekretariat:

Tel.: 09131 822-3178

Fax: 09131 822-3179

[www.urologie.uk-erlangen.de](http://www.urologie.uk-erlangen.de)

Zur besseren Lesbarkeit verwenden wir bei der Bezeichnung von Personengruppen die männliche Form; selbstverständlich sind dabei die weiblichen Mitglieder eingeschlossen.

Herstellung: Uni-Klinikum Erlangen/Kommunikation, 91012 Erlangen

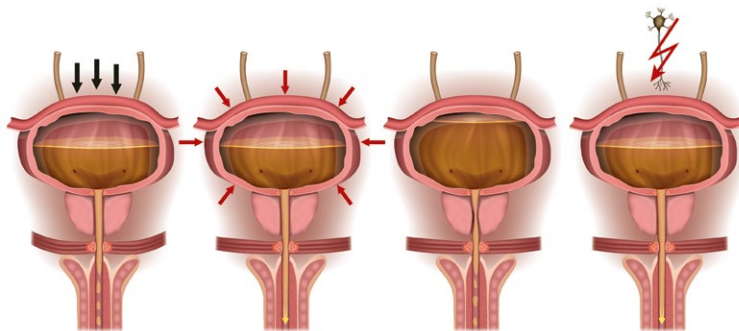
Fotos: © WavebreakMediaMicro, bilderzweig/Fotolia.com



## Sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist eine Krebserkrankung der Prostata festgestellt worden. Nach Beratung über mögliche Behandlungen haben Sie sich zu einer operativen Entfernung entschieden. Neben dem Ergebnis, den Krebs betreffend, spielt nach der OP auch die Harnkontinenz eine wichtige Rolle. Bei der Operation kann der Schließmuskel geschwächt/geschädigt werden. Dies kann zu einer Harninkontinenz führen. Um nach der OP wieder möglichst schnell eine gute Kontinenz zu erreichen, ist es wichtig, Beckenbodentraining durchzuführen. Das Erlernen der Beckenbodenübungen bereits vor der OP führt sehr wahrscheinlich zu einer deutlich schnelleren Erholung der Kontinenzsituation. Um die richtige Durchführung der Übungen zu erlernen, sollten Sie sich professionelle Hilfe suchen. Gerade was den Beckenboden betrifft, gibt es speziell geschulte Physiotherapeuten. Im Rahmen unseres Beckenbodenzentrums geben wir Ihnen die Möglichkeit, gemeinsam mit spezialisierten Physiotherapeuten die Übungen für die Beckenbodenmuskulatur zu erlernen.

### Arten von Harninkontinenz



**Belastungsinkontinenz**  
durch erhöhten Bauchinnendruck bei Belastungen (schwache Beckenbodenmuskulatur)

**Dranginkontinenz**  
durch ungewollte Kontraktion der Blasenmuskeln

**Überlaufinkontinenz**  
durch Blockade der Harnröhre

**neurogene Inkontinenz**  
durch gestörte Funktion des Nervensystems

## Physiotherapie bei radikaler Prostatektomie

Ein vor der Operation durchgeführtes Beckenbodentraining kann eine positive Auswirkung auf das Wiedererlangen der Kontinenz danach haben.

- Sie lernen, die physiologisch korrekte Funktionsweise des Beckenbodens im nicht operierten, schmerzfreien Zustand **wahrzunehmen**.
- Die theoretischen und praktischen Informationen über die Funktionszusammenhänge von Beckenboden, Atmung, Haltung und Bewegung ermöglichen es Ihnen, aktiv die Wundheilung zu **unterstützen**.
- Sie erlernen Möglichkeiten, wie Sie nach der Operation die durch Schwellung und Schmerzen verursachte Wahrnehmungsstörung in der Becken-Bauchregion **verbessern** können.
- Sie regen die physiologischen Stoffwechsellvorgänge an und erfahren, wie Sie das heilende Gewebe adäquat beim Hinlegen und Aufstehen sowie beim Husten und bei der Darmentleerung **schützen**.

## Therapeutenliste Präoperative Physiotherapie

Sie haben in den nächsten Wochen einen geplanten Operationstermin und benötigen vor der Operation eine physiotherapeutische Behandlung? Wir sind bemüht, Ihnen außerhalb der Wartezeiten zeitnah Termine anzubieten.

- Die Klinik hat Ihnen eine Verordnung mit 6-mal Krankengymnastik und dem Zusatz „Doppelbehandlung möglich“ ausgestellt.
- Weisen Sie bitte in unseren Praxen gezielt darauf hin, dass es sich um eine Verordnung **vor** Ihrer Operation mit der Möglichkeit der Doppelbehandlung handelt. Sprechen Sie uns persönlich an oder verweisen Sie auf den unten genannten Therapeutenamen.

### Erlangen

Gumbmann Ulrike, Kunert Cordelia, Praxis Weber, Tel.: 09131 25642, alle Kassen  
Praxis health concept, Tel.: 09131 4001888, alle Kassen  
Linkenbach Petra, Praxis health concept, Tel.: 09131 4001888, oder 0173 4893127, alle Kassen  
Praxis Mahir, Tel.: 09131 26608, alle Kassen  
Kirchmayr Fridoline, Integrative Physiotherapie Tel.: 0179 6763710, alle Kassen

### Herzogenaurach

Gumbmann Ulrike, Privatpraxis, Tel.: 09132 3491, privat

### Bamberg

Fischer Barbara, Praxis B. Fischer, Tel.: 0951 500501, alle Kassen  
Westerlink Olga, Praxis B. Fischer, Tel.: 0951 500501  
Zwosta-Weigelt Liane, Physiotherapie Weigelt, Tel.: 0951 91788148, alle Kassen

### Fürth

Hindenberg Susanne, Praxis Hindenberg, Tel.: 0911 1205924, alle Kassen

### Feucht

Türker Sevinc, TheraVital, Tel.: 09128 6736 oder 0170 8073825, alle Kassen

### Bad Staffelstein

Jacobi-Oester Iris, THERAmed Rehazentrum, Tel.: 09573 239929-0, alle Kassen

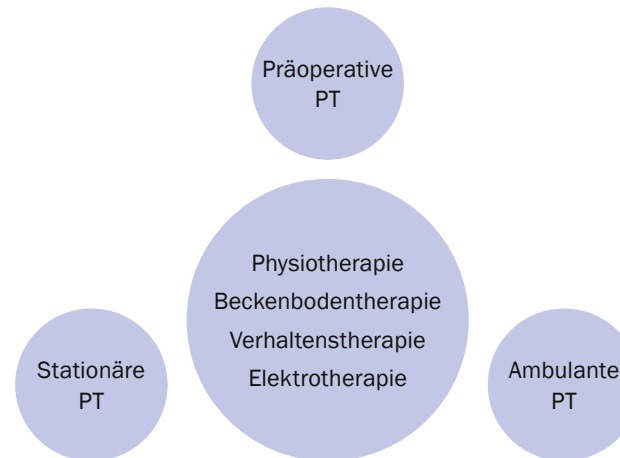
### Bayreuth

Sollik Lucia, Praxis Physio Plus, Tel.: 0921 7412507, alle Kassen

### Eschenbach i. d. OPf./Hirschau

Häring Renate, Praxis PhysioMedic, Tel.: 09645 85870, alle Kassen  
Naturheilpraxis Häring, Tel.: 0171 2169799, privat

Weitere Therapeuten finden Sie unter: [www.ag-ggup.de](http://www.ag-ggup.de)



Speziell geschulte Physiotherapeuten begleiten Sie in der Phase vor der Operation, unmittelbar danach im stationären Bereich und in der Rehabilitationsphase.