

Warum die Kasseler Hautarztpraxis im Vorderen Westen auf die Innovation Emsella setzt

# Beckenboden auf blauem Thron stärken



**Wo die Fäden zusammenlaufen** Dr. Stefanie Baum (re.) und Dr. Kinga Samhaber bilden zusammen mit Irene Bihler das kompetente Trio an der Spitze der Kasseler Hautarztpraxis im Vorderen Westen.

**M**it der Innovation Emsella wartet die Kasseler Hautarztpraxis im Vorderen Westen auf. Es handelt sich um ein Gerät, das elektromagnetische Wellen aussendet. So lässt sich die Muskulatur kontrahieren.

Den Clou der Sache markiert eine große Magnetspirale, die die Sitzfläche des Stuhls be-

inhaltet. „Das Ganze sieht aus wie ein kleiner blauer Thron“, witzelt Dr. Stefanie Baum.

Auf dem Stuhl nehmen der Nutzer bzw. die Nutzerin für eine knappe halbe Stunde Platz – ganz bequem, leicht breitbeinig. Dann beginnt das Gerät zu arbeiten. Gesteuert über eine Konsole, gibt es elektromagnetische

Impulse ab, die die Beckenboden-Muskulatur kontrahieren.

## Wenn Gewebe weicher wird

Aus dem Blickwinkel der Sportler betrachtet, könnte man von einem Trainingsprogramm für den Beckenboden sprechen. Mal werden

**Starker Beckenboden ist Trumpf** Für beide Geschlechter gilt gleichermaßen: Etwa sechs Behandlungen erscheinen sinnvoll. Insofern bieten sich zwei Sitzungen à 30 Minuten pro Woche an. Dann erstreckt sich das Prozedere über drei Wochen. *Fotos: Emsella / nh*

kurze, mal längere Kontraktionen induziert. Mal sind die Wellen stärker, mal schwächer.

Der Beckenboden vibriert leicht, während er quasi ein Muskeltraining erfährt. Das stärkende Procedere wirkt keineswegs unangenehm oder gar schmerzhaft – jedoch äußerst wirksam, wie medizinische Studien eindeutig belegen.

Für wen eignet sich die Behandlung? Bei welchen Indikationen erscheint der Emsella-Einsatz sinnvoll? „Die moderne Methode hilft Menschen, die an einer Beckenboden-Schwäche oder -Insuffizienz leiden, die mit leichten Inkontinenzproblemen zu tun haben“, erklärt Dr. Baum. Das gelte etwa, wenn jemand beim Lachen oder Niesen Gefahr laufe, etwas Urin zu verlieren.

Auch eignet sich das Gerät für Frauen, die nach einer Entbindung und/oder Schwangerschaften Probleme mit dem Beckenboden haben bzw. ihre Rückbildungsgymnastik unterstützen möchten. Ebenso wird die Behandlung für Patientinnen mit Inkontinenzproblemen nach der Menopause empfohlen.

### Einer Inkontinenz vorbeugen

„Emsella ist die richtige Maßnahme, wenn jemand die Schwäche an seinem Körper registriert, den Urin zu halten, und einer drohenden Inkontinenz vorbeugen möchte“, fasst Baum zusammen. Bei anfänglichen Symptomen kann die Therapie die Kontinenz wiederherstellen. Bei sehr ausgeprägter Beckenbodenschwäche ist mitunter eine höhere Anzahl an Sitzungen erforderlich.

Welche Ausschlüsse gibt es? Der „blaue Thron“ sollte nicht während der Schwangerschaft bestiegen werden. Auch eine Kupferspirale ist eine Kontraindikation. Darüber hinaus ist zu beachten: Alles, was beim MRT nicht dabei sein darf, muss auch hier außen vor bleiben – zum Beispiel der Herzschrittmacher.



Während der Behandlung sollte der Patient nicht sein Handy nutzen oder in einem E-Book lesen. Das kann zu Störungen des Geräts führen. Die gute Nachricht: Eine Zeitung oder Zeitschrift kann man lesen. Zum Beispiel die aktuelle Ausgabe golf & business!

### Für Frauen wie Männer

So weit zu Frauen, nun zum angeblich starken Geschlecht. Auch Männer brauchen einen gesunden Beckenboden. Insofern ist Emsella für sie ebenso geeignet.

Männer zeigen bei der Muskelkontraktion einen anderen Rhythmus als Frauen. Dem trägt das Gerät Rechnung, indem spezifische Einstellungen gewählt werden. Dr. Kinga Samhaber unterstreicht: „Die Behandlung ist ideal für Männer nach einer Prostata-Operation. So stärken sie den Beckenboden und beugen einer Inkontinenz vor.“

Für beide Geschlechter gilt gleichermaßen: Etwa sechs Behandlungen erscheinen sinnvoll. Insofern bieten sich zwei Sitzungen à 30 Minuten pro Woche an. Dann erstreckt sich das Ganze über drei Wochen.

Private Krankenkassen übernehmen die Kosten, soweit die Behandlung medizinisch angezeigt erscheint. Kassenpatienten müssen die Leistungen zumeist selbst bezahlen. Die Kosten betragen 150 Euro pro Sitzung.

### Danach direkt durchstarten

Die Kasseler Hautarztpraxis im Kasseler Vorderen Westen bietet die innovative Behandlung seit Februar an. Das Team um Dr. Stefanie Baum ist derzeit das einzige in der Documenta-Stadt, das dieses Angebot macht.

Vor der Behandlung findet ein ärztliches Gespräch statt. Auf Wunsch des Nutzers bzw. der Nutzerin kann sich die Behandlung direkt anschließen. Der Clou: Es handelt sich um eine Walk-in-Behandlung. Vor dem Hintergrund nimmt der Patient in seiner normalen Alltagskleidung Platz auf dem Stuhl. Am besten trägt man eine bequeme Hose, jedoch keine weiten Röcke, da diese mit der Lüftung kollidieren könnten.

Nach einer knappen halben Stunde geht der Patient wieder – ohne jede Einschränkung. „Er oder sie kann durchstarten, privat oder ins Arbeitsleben“, erläutert Baum und zieht dieses Fazit: „Wer clever ist, lässt es gar nicht erst zur Inkontinenz kommen, sondern setzt bereits bei der Schwäche des Beckenbodens an!“ • rato

**HAUTARZTPRAXIS IM  
VORDEREN WESTEN**  
DR. STEFANIE BAUM & KOLLEGEN

### Kontakt

**Hautarztpraxis im Vorderen Westen  
Dr. Stefanie Baum und Kollegen**

Goethestraße 47, 34119 Kassel

Telefon: (0561) 7880860

E-Mail: kontakt@hautarztpraxis-kassel.de

Internet: www.hautarztpraxis-kassel.de