

## „Männersache“ ist ein Trainingshandbuch für Patienten.

Es soll ehemalige Patienten der Vogtland-Klinik bei der fachlich korrekten Fortsetzung des Kontinenztrainings nach Abschluss der Rehabilitation unterstützen.

Die vorübergehende Harninkontinenz nach der Behandlung eines Prostatakarzinoms ist Folge der Therapie-bedingten Veränderungen im Harntrakt. Dadurch steigen die Anforderungen an die Funktion des Kontinenzapparates (Schließmuskel, Beckenboden). Dafür ist eine gezielte Beübung der Muskulatur erforderlich. Beübt werden können jedoch nur Muskelgruppen, die der Betroffene kennt, erspüren und damit auch bewusst ansteuern kann.

Das ist Anliegen der medizinischen Rehabilitation. Diese aktive Lernphase kann das vorliegende Buch nicht ersetzen. Das komplexe Behandlungsprogramm umfasst, neben einem fachspezifischen Kontinenztraining, auch die Beübung der benachbarten Muskelgruppen in Form eines Ausdauer- und Krafttrainings sowie ggf. ein Repotenztraining.

