



© pixabay

Vortrag: „Beckenboden und Blasengesundheit“

Mittwoch, den 07. Oktober 2026 • 16.15-17.30 Uhr

Inkontinenz betrifft Menschen in jedem Lebensalter – von jungen Müttern nach der Geburt über Männer nach einer Prostata-Operation bis zu älteren Menschen mit Pflegebedarf. Mit zunehmendem Alter wird sie häufiger. Bei den Formen der Harninkontinenz gelten die Belastungsinkontinenz – beim Husten oder Lachen geht unkontrolliert Urin ab – und die Dranginkontinenz – starker und häufiger Harndrang – als die häufigsten. Wo liegen die Ursachen, was kann ich tun, um die Beschwerden zu lindern oder ein Fortschreiten aufzuhalten? In ihrem zweiten Vortrag zum Thema Beckenboden gibt die **Beckenbodentrainerin Karin Schmid** Antworten und Tipps.

Ihr Gastgeber ist der Seniorenbeirat.



Alle Angebote kostenfrei für Sie durch die Gemeinde Vaterstetten, den Seniorenbeirat Vaterstetten und den Verein aktiver Bürger e.V.

Senioren Zentrum • Bahnhofplatz 1 • 85598 Baldham