

## Læsioner af bækkebundens muskler ved fødslen

I forbindelse med din fødsel opstod en læsion af nogle af bækkenbundens muskler. Disse muskler er nødvendige for, at man kan fungere tilfredsstillende med hensyn til seksuallivet samt for at opretholde normal vandladnings- og tarmfunktion.

Musklerne blev syet umiddelbart efter fødslen, og i langt de fleste tilfælde sker ophelingen uden større problemer. Det er vigtigt, at du følger personalets anvisninger med hensyn til hygiejne, fysisk aktivitet og specielt bækkenbundstræningen eller knibeøvelserne.

Vi anbefaler afføringsmiddel f.eks. magnesia 2-4 tabletter dagligt i ca. 14 dage. Sid så lidt som muligt, specielt de første dage. Forsøg at amme liggende.

Mens du er i afdelingen, vil du få besøg af en fysioterapeut, som vil instruere dig i bækkenbundstræning.

Afhængig af læsionens størrelse tages der stilling til, om du skal til kontrol i gynækologisk ambulatorium 6-8 uger efter fødslen.

Såfremt du ikke har nogen kontroltid, og 6 uger efter fødslen stadig har smerter eller ikke fungerer tilfredsstillende, kan du bestille en tid i gynækologisk ambulatorium på telefon: 39 77 32 67 mellem 9 og 13.

Med venlig hilsen

Fødeafdelingen