

1. Wstęp	- Natalia Kuciel	1
2. Holistyczne podejście do zaburzeń uroginekologicznych	- Natalia Kuciel, Aleksandra Chomińska	5
2.1.	Fizjoterapia uroginekologiczna w ujęciu biopsychospołecznym	5
2.2.	Dno miednicy a oddech	6
2.3.	Dno miednicy a postawa ciała	10
3. Anatomia funkcjonalna dna miednicy	- Natalia Kuciel	15
3.1.	Struktury kostne, mięśniowe i łącznotkankowe	15
3.2.	Kompartmenty	23
3.3.	Pęcherz moczowy	24
3.4.	Cewka moczowa	25
3.5.	Pochwa	25
3.6.	Anorectum	26
4. Fizjologia mikcji i defekacji	- Natalia Kuciel	29
4.1.	Cykl oddawania moczu	29
4.2.	Mechanizm kontynencji	30
4.3.	Odruch prekontrakcji	31
4.4.	Defekacja	31
4.5.	Neurologia związana z pracą dna miednicy	32
5. Sprzęt stosowany w uroginekologii	- Aleksandra Chomińska	37
6. Diagnostyka funkcjonalna dna miednicy	- Natalia Kuciel	49
6.1.	Wywiad i kwestionariusze	49
6.2.	Badanie funkcjonalne	53
7. Nietrzymanie moczu	- Natalia Kuciel, Aleksandra Chomińska	59
7.1.	Definicja	59
7.2.	Epidemiologia	60
7.3.	Czynniki ryzyka	61
7.4.	Patofizjologia i charakterystyka zaburzeń	63
7.5.	Diagnostyka funkcjonalna	65
7.6.	Fizjoterapia w nietrzymaniu moczu	66
8. Zespół pęcherza nadaktywnego	- Natalia Kuciel	77
8.1.	Definicja	77
8.2.	Epidemiologia	78
8.3.	Czynniki ryzyka	78
8.4.	Patofizjologia	78
8.5.	Diagnostyka funkcjonalna	79
8.6.	Fizjoterapia w zespole pęcherza nadaktywnego	80
9. Obniżenie narządów miednicy mniejszej	- Natalia Kuciel, Paulina Wiśniowska	85
9.1.	Definicja	85
9.2.	Epidemiologia	87
9.3.	Czynniki ryzyka	87
9.4.	Objawy	87
9.5.	Badanie funkcjonalne	88
9.6.	Fizjoterapia w obniżeniu narządów miednicy mniejszej	89
10. Zespoły bólowe okolicy anorectum	- Natalia Kuciel	95
10.1.	Etiopatogeneza bólów okolicy odbytu	95
10.2.	Przykłady najczęstszych zespołów bólowych okolicy anorectum	95
10.3.	Funkcjonalny ból okolicy anorektalnej i aspekt psychologiczny	97

11. Zaparcia	- Natalia Kuciel	99
11.1.	Podział zaparcć	99
11.2.	Epidemiologia i czynniki ryzyka	100
11.3.	Diagnostyka funkcjonalna	100
11.4.	Fizjoterapia w zaparciach	102
12. Dyssynergia dna miednicy	- Natalia Kuciel	105
12.1.	Definicja i objawy	105
12.2.	Diagnostyka funkcjonalna	108
12.3.	Fizjoterapia w dyssynergii zwieraczowej	108
13. Szczelina odbytu	- Natalia Kuciel	111
13.1.	Definicja	111
13.2.	Patofizjologia	111
13.3.	Fizjoterapia szczeliny odbytu	112
14. Choroba hemoroidalna	- Natalia Kuciel	115
14.1.	Definicja i patofizjologia	115
14.2.	Epidemiologia i czynniki ryzyka	116
14.3.	Diagnostyka funkcjonalna	116
14.4.	Fizjoterapia w chorobie hemoroidalnej	117
15. Nietrzymanie stolca	- Natalia Kuciel	121
15.1.	Definicja	121
15.2.	Przyczyny i czynniki ryzyka	122
15.3.	Diagnostyka funkcjonalna	123
15.4.	Fizjoterapia w nietrzymaniu stolca	124
16. Zespół jelita drażliwego	- Natalia Kuciel	127
16.1.	Definicja i rodzaje zespołu jelita drażliwego	127
16.2.	Fizjoterapia w zespole jelita drażliwego	128
17. Zespoły bólowe dna miednicy	- Natalia Kuciel	131
17.1.	Przewlekły ból miednicy	131
17.2.	Zespół bolesnego pęcherza	142
17.3.	Dyzuria	145
17.4.	Wulwodynia	146
17.5.	Endometrioza i bolesne miesiączkowanie	151
17.6.	Neuralgia nerwu sromowego	155
18. Fizjoterapia w ginekologii operacyjnej	- Dominika Markowska	161
18.1.	Choroby narządu rodne wymagające leczenia operacyjnego	161
18.2.	Leczenie operacyjne w ginekologii	164
18.3.	Cele i zasady fizjoterapii w przygotowaniu do leczenia operacyjnego w ginekologii	167
18.4.	Fizjoterapia w ginekologii po leczeniu operacyjnym z dostępu brzuszego	170
18.5.	Fizjoterapia w ginekologii po leczeniu operacyjnym z dostępu pochwowego	175
19. Fizjoterapia okołoporodowa	- Paulina Wiśniowska	179
19.1.	Korzyści z aktywności fizycznej kobiet w ciąży	179
19.2.	Zmiany w organizmie kobiety w poszczególnych trymestrach ciąży	180
19.3.	Przebieg porodu	183
19.4.	Fizjoterapia w ciąży	186
20. Połóg	- Paulina Wiśniowska	199

199	20.1. Zmiany fizjologiczne i emocjonalne w okresie poporodowym	
	20.2. Fizjoterapia w położu	201
	20.3. Propozycje fizjoterapii w różnych dysfunkcjach i stanach poporodowych	202
	21. Szkoła rodzenia - <i>Dominika Markowska</i>	213
	21.1. Przygotowanie psychofizyczne do porodu	213
	21.2. Cele, zadania oraz organizacja szkół rodzenia według standardów	215
	21.3. Psychoprofilaktyka porodowa	220
	21.4. Ćwiczenia oddechowe stosowane podczas porodu	222
	Skorowidz	225