

# Editorial

Autor(en): **Hochet, Catherine**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Obstetrica : das Hebammenfachmagazin = Obstetrica : la revue spécialisée des sages-femmes**

Band (Jahr): **118 (2020)**

Heft 9

PDF erstellt am: **15.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Liebe Leserin, lieber Leser

**D**er Damm wird mitunter auch als «Kelch des Lebens» bezeichnet. Lange verkannt, oft auch tabuisiert, erhält er nun von den zuständigen Fachpersonen aus dem Gesundheitsbereich mehr Beachtung und Pflege. Natürlich ist es wichtig, die Dammverletzungen zu erkennen und sie so schnell wie möglich zu behandeln, ob sie nun geburtshilflich bedingt sind oder nicht. Doch je länger ich auf diesem Gebiet arbeite, desto wichtiger erscheint es mir, die Sache in den richtigen Kontext zu stellen, um den für ein gutes Funktionieren nötigen Rahmen zu schaffen und mögliche Probleme vorzusehen.

Der Damm ist nämlich nur ein Element eines grösseren Ganzen, dessen Wechselwirkungen wesentlich sind. Er hängt von den Bauchmuskeln, im Speziellen vom unteren Teil der Quermuskulatur des Bauchs ab – zu seinem Schutz und zu seiner Stimulierung. Denn die Rolle der Beckenbodenmuskulatur besteht nicht nur darin, unsere Wirbelsäule zu stabilisieren, sondern auch die Organe zu stützen, die damit zusammenhängen. Die Stimulierung unserer Muskulatur ermöglicht die aufrechte Körperhaltung den ganzen Tag über, mehr als die Ausführung von Übungen von Zeit zu Zeit. Leider führt die immer häufiger zu beobachtende Haltungsschwäche zu einer fehlenden Unterstützung des Rückens und der Organe. Als Folge davon werden das Gewicht der Organe und die durch die täglichen Anstrengungen erzeugten Belastungen auf den Damm verlagert. Diese ungewohnten Überlastungen bewirken nach und nach Überdehnungen des Damms und oft auch eine reaktive Hypertonie, welche die Dehnungsfähigkeit des Damms verändern und Auswirkungen auf das osteoartikuläre Systems des Beckens haben können.

Die Wiederherstellung des Damms ist komplex. Sie verdient es, an der Schnittstelle der drei beteiligten Berufe zu stehen: Hebamme, Physiotherapeut/-in und Osteopath/-in. Sie alle ergänzen sich durch die Beherrschung unterschiedlicher Techniken für eine Wiederherstellung.

Herzlich,  
Ihre



**Catherine Hochet**

«Der Damm ist nämlich nur ein Element eines grösseren Ganzen, dessen Wechselwirkungen wesentlich sind.»



**Catherine Hochet,**  
Physiotherapeutin, praktiziert seit 1988;  
2004 bis 2005 Weiterbildung in Pelvis-  
Perineologie an der Universität Lausanne.