

PERCHÉ È IMPORTANTE UN NUOVO APPROCCIO?

È inutile trattare un sintomo pelvico (incontinenza, prolasso, ecc. ...) o addominale (diastasi, ernia, reflusso gastro-esofageo) senza un'accurata analisi del sistema respiratorio e posturale.

LA VALUTAZIONE ACHC METHOD®

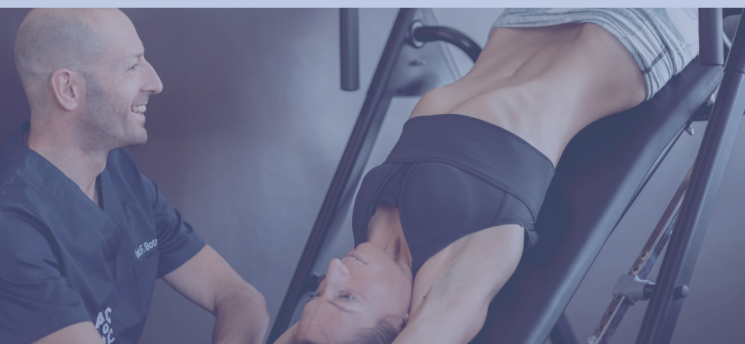
Primi al mondo a codificare una valutazione funzionale pre-chirurgica nell'ambito della diastasi addominale.

ACHC METHOD® ha come obiettivo la salute addominale e del pavimento pelvico. La nostra valutazione prevede una presa in carico del paziente con analisi clinica e strumentale:

- ↓ della parete addominale,
- ↓ del pavimento pelvico,
- ↓ del sistema diaframmatico
- ↓ del sistema posturale

Utilizzo di strumenti come l'ecografia, la spirometria, la tonimetria perineale, la bioimpedenziometria (validata DEXA), l'analisi posturale digitalizzata ci permette di definire con esattezza le reali cause del problema.

L'obiettivo? Una strategia terapeutica per raggiungere risultati veloci e duraturi nel tempo.



ACHC: il primo centro
multidisciplinare di
ricerca prevenzione
e cura della PARETE
ADDOMINALE e del
PAVIMENTO PELVICO
in Europa



GRAVIDANZA



POST PARTUM



TORINO - CUNEO
abdominalcorehealthcenter.com
info@abdominalcorehealthcenter.it
+39 389 05 21 557



**Abdominal Core
Health Center**



@achc_coreaddominale



@achccoreaddominale



DIASTASI DEI RETTI

Incontinenza, prolasso, reflusso gastro-esofageo, stipsi e mal di schiena possono essere sintomi della DIASTASI ADDOMINALE, un problema ancora poco diagnosticato e spesso sottovalutato perché considerato un problema estetico e non funzionale.

Eppure, 1 donna su 3 dopo il primo parto e 2 su 3 dopo il secondo soffrono di diastasi addominale.

Cosa possiamo fare per te:

Attraverso la valutazione ACHC Method® siamo infatti in grado di riconoscere e lavorare efficacemente sulle cause che hanno portato all'insorgere della diastasi, questo permette di svolgere un lavoro completo e mirato che permette risultati stabili nel tempo riducendo la recidiva anche quando si smette la rieducazione.



Un approccio innovativo,
funzionale, globale alla SALUTE
DEL CORE addominale e del
PAVIMENTO PELVICO.



GRAVIDANZA

Il lavoro in gravidanza è fondamentale al fine di arrivare preparate al momento del parto; oltre a gestire l'eventuale comparsa di sintomi muscoloscheletrici (lombalgia, sciatalgia, pubalgia, ecc ...). L'obiettivo è quello di avere un pavimento pelvico elastico, una muscolatura addominale che funzioni correttamente e una mamma in armonia con se stessa.

Come lavoriamo?

- ↓ Osteopatia
- ↓ Metodo Guillaume,
- ↓ Caufriez-concept
- ↓ Ginnastica ipopressiva
- ↓ Ginnastica di Kegel
- ↓ Metodo De Gasquet
- ↓ Pilates terapeutico

Sono alcuni degli strumenti che utilizziamo a seconda del paziente e dell'obiettivo. Creiamo un percorso su misura per la futura mamma per assicurare una gravidanza serena ed evitare sintomi nel post parto come diastasi, incontinenza e prolasso.



POST PARTUM

Dopo la gravidanza è un **grave ERRORE** limitare la rieducazione **SOLO alla muscolatura del pavimento pelvico**, occorre considerare tutte le strutture che sono state interessate nei nove mesi, nel parto e nelle fasi successive (allattamento, portare in braccio il bambino).

È fondamentale RIEDUCARE:

- ↓ parete addominale
- ↓ colonna vertebrale
- ↓ diaframma
- ↓ tutto il sistema muscolare

Agire tempestivamente può facilmente evitare l'instaurarsi nel breve o lungo periodo di sintomi come incontinenza e prolassi. Il lavoro deve iniziare già nei primissimi giorni dopo il parto.

AFFIDATI A NOI



**INCONTINENZA
URINARIA**



DIASTASI DEI RETTI



ERNIE INGUINALI



PROLASSI



DISFUNZIONI SESSUALI



**REFLUSSO
GASTRO-ESOFAGEO**



ALTERAZIONI POSTURALI