

# Inkontinens

Ukontrolleret vandladning

## BÆKKENVITAL Q

Undersøgelser har vist, at en del kvinder allerede i begyndelsen af 40'erne har svært ved at holde på vandet.

BækkenVital Q er *lægemidlet* til dig som let **"drypper"** når du griner, **hopper eller nyser**, og til ældre kvinder, som har større **problemer med at holde på vandet**.

BækkenVital Q indeholder stoffer, som i mere end hundrede år har været anvendt til at stramme underliv og blære op. Effekten kan mærkes indenfor få dage, men kuren bør dog fortsættes 2 - 3 måneder.

Frem for alt indeholder BækkenVital Q stoffer som stimulerer calciumimpulserne til blærens og bækkenets muskler. Frigivelsen af calcium er nødvendigt for at musklerne kan arbejde og trække sig sammen. Disse calciumimpulser har tendens til at aftage med årene.

Behandlingen af inkontinens og uregelmæssig blærefunktion kan understøttes med Cantharon. Det er udviklet til blærebetændelse (se side 4 og 5), men har desuden en belivende, foryngende virkning på blærefunktion og slimhinder i nyrebækken og blære. Drik desuden salviethe eller Vogel's Gyldenristhe nogle gange hver uge. Det hjælper også meget at lave "knibeøvelser" hver dag.



*Berberis Fructus indgår i BækkenVital Q.*

# Slap blære

Slappe muskler i bækkenbunden

## BÆKKENVITAL Q

Med alderen bliver bækkenbundens **muskler mere slappe**. Det kan medføre **slaphed i blære og underliv**. Fra naturens side har vi et mere eller mindre stærkt bindevæv, og det medfører, at nogle kvinder lettere bevarer et smidigt og stramt bindevæv end andre. Et svagt bindevæv medfører hurtigere **slaphed, fx i blære, underliv, baller og bryster**.

BækkenVital Q styrker impulserne til musklerne, så de lettere kan trække sig sammen og i det hele taget være virksomme og dermed beholde elasticiteten. BækkenVital Q indeholder også stoffer, som virker direkte opbyggende på bindevævet.

Sammen med ”knibeøvelser” giver det et bedre sexliv.

Manden kan også have stor gavn af øvelser, som styrker hans bækkenbund. Undersøgelser har vist, at knibeøvelser i høj grad styrker mandens evne til at gennemføre samleje (se fx bogen ”Fra regnorm til anaconda”). BækkenVital M til manden er under udvikling.

Regelmæssig motion og øvelser, som styrker mavemusklerne, har også stor betydning for bækkenets vitalitet. Det er også vigtigt at holde fordøjelsen i orden.

