

فهرست

مقدمه.....	۷
نقش آموزش عضلات کف لگن قبل و در هنگام بارداری و بعد از زایمان در پیشگیری از اختلالات عملکردی کف لگن (بی‌اختیاری ادرار و مدفوع و یبوست) در میانسالی.....	۱۰
ضعف عضلات کف لگن.....	۱۵
معاینه و ارزیابی.....	۲۲
فیزیوتراپی در اختلال عملکرد جنسی در زنان میانسال.....	۲۳
آموزش عضلات کف لگن (PFMT).....	۲۴
نقش بیوفیدبک در آموزش عضلات کف لگن.....	۳۶
وجود چه علائمی نیاز ارجاع بیمار به فیزیوتراپیست آموزش دیده در کف لگن را برای شما روشن می‌سازد؟.....	۳۹
فهرست منابع.....	۴۱