



**Alle har en  
bækkenbund  
Er din okay?**



**Problemer med bækkenbunden** kan medføre besvær med at holde på urin, tarmluft eller afføring, og det kan desuden medføre smerter.

Har du brug for hjælp kan du finde en specialuddannet fysioterapeut på [DUGOF.dk](http://DUGOF.dk)

**DUGOF**