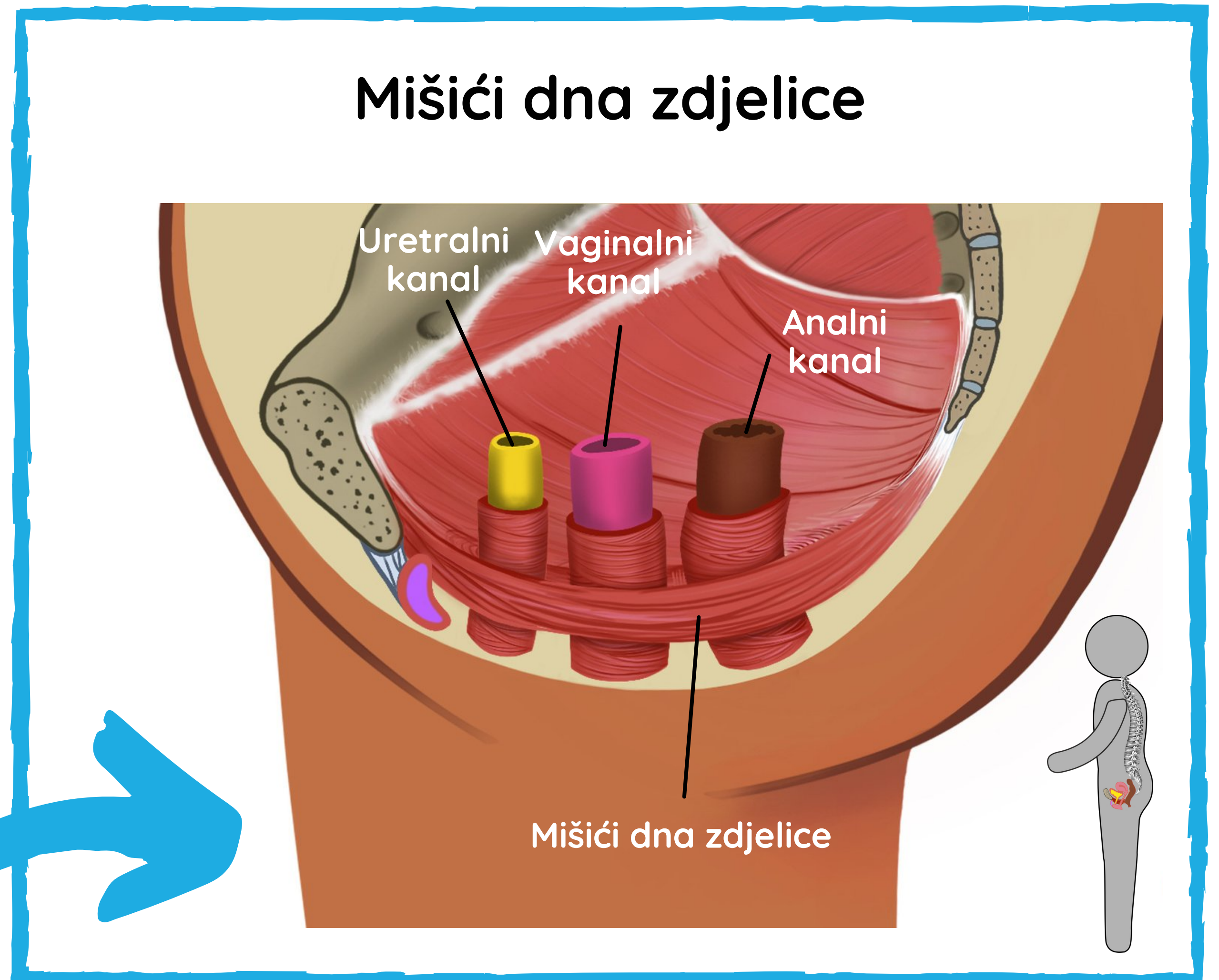


# Anatomija zdjelice

Mišići dna zdjelice obavijaju se oko svakog od 3 kanala poput velikog zagrljaja!

Na ovoj slici vidite kako mišići dna zdjelice obavijaju svaki kanal?



- ✓ Ti mišići pomažu u kontroli tih kanala. Moraju učiniti pravu stvar u pravo vrijeme!
- ✓ Opuštaju se i "puštaju", tako da prodor nije bolan. Također se "puštaju" kada urin i otpadne tvari trebaju izaći iz tijela da bi ispraznili mjehur i crijeva.
- ✓ Ritmično se skupljaju tijekom orgazama. Pomažu u tonusu i senzaciji tijekom seksa. Također se trebaju ugovoriti kako bi mokraćna i otpadne tvari zadržali unutra dok se ne isprazni.