

Tipps für Angehörige

- ✓ Die Intimsphäre wahren durch Pflegen mit Einfühlungsvermögen.
- ✓ Inkontinenzmaterial diskret verstauen.
- ✓ Intimpflege gründlich, aber zügig durchführen.
- ✓ Einmalhandschuhe benutzen, diese dienen der Hygiene und können Distanz schaffen.
- ✓ Ihr Hausarzt kann Inkontinenzmaterial verordnen
- ✗ Nicht in Babysprache oder mit ausgefallenen Ausdrücken sprechen.
- ✗ Das Problem nicht in den Vordergrund stellen.
- ✗ Nicht vor anderen Personen auf die Inkontinenz zu sprechen kommen.



Ein starkes Team an Ihrer Seite.

Jan Grote

Examiniertes Gesundheits- und Krankenpfleger,
Pflegeberater des bpa

Antje Wendemuth

Examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Pflegeberaterin des bpa

Katja Schwuchow

Examinierte Altenpflegerin,
Pflegeberaterin des bpa

Für weitere Infos erreichen Sie uns gern in unserem Büro oder besuchen Sie uns in unserem Beratungszentrum am Altwarmbüchener Marktplatz. Haben Sie Fragen zum Kostenträger? Wir sind immer für Sie da.

Pflegezentrum Grote GmbH

Opelstraße 28
30916 Isernhagen

Bürozeiten:

Fax: 0511 / 90 11 820
Email: info@pzg24.de

Mo-Do. 8-16.30 Uhr
Fr. 8-14.00 Uhr

Telefon: 0511 / 90 11 80
www.pflegezentrum-grote.de



Gesundheitsinformation

„Inkontinenz, Blasenschwäche“

Verhindern und damit leben

Um Inkontinenz vorzubeugen und Ihr Leben oder das der Patienten damit zu erleichtern, sind wir auf Ihre Unterstützung angewiesen. Wir haben daher die wichtigsten Informationen für Sie zusammengestellt. Informationsblätter zu weiteren Themen überreichen wir Ihnen gern.

Inkontinenz

Inkontinenz ist der Fachbegriff für unkontrollierten Urinverlust. Ausgelöst durch verschiedene Erkrankungen wie Muskelschwäche der Beckenbodenmuskulatur, vergrößerte Prostata, Entzündungen der Blase oder neurologische Störungen.

Die Auswirkungen der Inkontinenz sind für Betroffene und Angehörige nicht leicht anzunehmen. Für pflegende Angehörige wird der Pflegeaufwand größer. Um einer Inkontinenz vorzubeugen und bei leichter Blasenschwäche können Beckenbodenübungen durchgeführt werden. Durch Anspannen des Schließmuskels hebt sich die Beckenbodenmuskulatur und der Harnstrahl wird unterdrückt. Die Übung mehrmals wiederholen. Beckenbodengymnastik kann auch durch einen Therapeuten trainiert werden.

Miktionsprotokoll

ist ein über mehrere Tage geführtes Protokoll, in dem folgende Punkte aufgeführt werden:

Die Häufigkeit der Ausscheidung mit Uhrzeit, ungefähre Menge, unfreiwillige oder kontrollierte Urinausscheidung, sowie die Flüssigkeitsaufnahme. Das Protokoll gibt Aufschluss, zu welcher Tageszeit ein Toilettengang durchgeführt werden sollte.

Fotos rechts mit freundlicher Unterstützung von Behrend Homecare, Willy Behrend GmbH & Co. KG

Wichtig:

Die Blasenschwäche kann nicht durch weniger Trinken behoben werden. Bei Flüssigkeitsmangel wird der Urin konzentrierter, dies strapaziert die Haut. Verwirrheitszustände können auftreten, wobei der Toilettengang schnell mal in Vergessenheit gerät.

Reibungsloser Ablauf

Folgende Anforderungen sollten realisiert werden:

- ✓ Schnelles Erreichen der Toilette. Evtl. Toilettenstuhl im Schlafzimmer und/oder Urinflasche in Reichweite.
- ✓ Vermeidung von Stolperfallen wie z. B. Läufern oder Schwellen.
- ✓ Haltegriffe oder Toilettensitzerhöhung am WC.
- ✓ Kennzeichnungen der WC Räume, sowie nachts gute Beleuchtung.
- ✓ Angenehme Raumtemperatur im Bad.
- ✓ Aufbewahrung von Inkontinenzmaterial neben der Toilette.
- ✓ Leicht zu öffnende Kleidung.

Inkontinenzmaterial

Es gibt verschiedene Produkte. Folgende Punkte sollten beachtet werden:

- ✓ Das Aufnahmevermögen des Inkontinenzartikels muss dem Schweregrad der Inkontinenz angepasst sein.
- ✓ Gutsitzende, körpergerechte Form.
- ✓ Gute Handhabung erhält die Selbstständigkeit.
- ✓ Sollte nicht aufragen unter der Kleidung.
- ✓ Das Tragen einer Netz hose gewährleistet Sicherheit, verhindert ein Verrutschen und hält die Vorlage am richtigen Ort. Zu Probeprodukten sprechen Sie uns bitte an.
- ✓ Regelmäßiges Wechseln vermeidet Gerüche.
- ✓ Pflege der Haut.
- ✓ Regelmäßiges Wechseln des Inkontinenzmaterials ist wichtig für die Haut.
- ✓ Den Intimbereich mit einer milden Seife waschen, gut abtrocknen oder feuchte Öltücher aus der Baby pflege benutzen.



Urinflasche mit praktischem Betthalter



Flexible Schutz hose zum einfachen Anziehen



Toilettensitzerhöhung mit Haltegriffen