

Seniorenpflege  
**STRANDPERLE**

Ein Pflegebetrieb der HPR Hanseatische Pflegeresidenzen GmbH



**Informationsbroschüre  
„Harnkontinenzförderung“**



**Seniorenpflege Strandperle**  
Parkstraße 19 · 18181 Graal-Müritz  
Tel.: 038206 - 933 000 · Fax: 038206 - 933 090  
[www.seniorenpflege-strandperle.de](http://www.seniorenpflege-strandperle.de)

Unter Kontinenz versteht man die Fähigkeit, willkürlich und zur passenden Zeit, an einem geeigneten Ort die Blase zu entleeren. Sie beinhaltet weiterhin die Fähigkeit, Bedürfnisse zu kommunizieren, um Hilfestellungen zu erhalten, wenn Einschränkungen beim selbstständigen Toilettengang bestehen.

Somit versteht man unter Harninkontinenz jeglichen unfreiwilligen Urinverlust. Die Harninkontinenz stellt neben dem medizinischen auch ein psychosoziales Problem dar. Da die Inkontinenz von den Betroffenen aus Gründen der Scham oft tabuisiert wird, ist ein sensibles Vorgehen der Pflegenden notwendig.

Für die betroffenen Menschen ist sie häufig mit sozialem Rückzug, sinkender Lebensqualität und steigendem Pflegebedarf verbunden. Durch frühzeitige Identifikation von gefährdeten und betroffenen Bewohnern, und der gemeinsamen Vereinbarung von spezifischen Maßnahmen, kann dieses Problem erheblich positiv beeinflusst werden. Darüber hinaus können durch Inkontinenz hervorgerufene Beeinträchtigungen reduziert werden.

## Ziele

Bei jedem Bewohner werden Risikofaktoren und Anzeichen einer Harninkontinenz identifiziert.

Die individuelle Kontinenzsituation wird analysiert und geeignete Maßnahmen zur Kontinenzförderung bzw. Vermeidung von oder Umgang mit Inkontinenz geplant.

Maßnahmen, Umfeld und Hilfsmittel sind dem individuellen Unterstützungsbedarf des Bewohners bei der Ausscheidung angepasst. Der Betroffene selbst und seine Angehörigen sind über diese Maßnahmen informiert.

Für den Bewohner ist das individuell höchstmögliche Maß an Harnkontinenz mit der größtmöglichen Selbstständigkeit sichergestellt.

## Risikofaktoren

- Alter
- physische und psychische Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson, Demenz, Diabetes mellitus)
- Medikamenteneinnahme (z.B. Diuretika)
- Belastung des Beckenbodens (z.B. Adipositas)
- Veränderungen der Prostata

## Fragen zur Feststellung von Harninkontinenzproblemen

- Verlieren Sie ungewollt Urin? z. B. wenn Sie husten, lachen oder sich körperlich betätigen?
- Schaffen Sie es rechtzeitig zur Toilette?

## Maßnahmen zur Kontinenzförderung

- Toilettentraining
- Förderung der Selbstständigkeit (Überprüfung vor Ort auf mögliche Barrieren: z.B. Beleuchtung, Handhabung von Türen, Toilettenhöhe, geeignete Gehhilfen, Bekleidungsberatung)
- Blasentraining
- Beckenbodentraining
- Nutzung von Hilfsmitteln z.B.:
  - Urinflasche
  - Toilettenstuhl
  - Steckbecken
  - Inkontinenzprodukte
- Verschiedene Hilfsmittel können zum Einsatz kommen: Funktionell-anatomische und mechanisch komprimierende Hilfsmittel sowie ableitende Hilfsmittel

**Das Pflegepersonal berät, was individuell für den Bewohner gut ist.**