

Inhalt

| | |
|--|----|
| Vorwort | 9 |
| 1 Harninkontinenz | 11 |
| 1.1 Was bedeutet „Harninkontinenz“? | 12 |
| 1.1.1 Wie funktioniert die Blasenentleerung? | 12 |
| 1.2 Anatomischer und physiologischer Überblick | 13 |
| 1.3 Formen und Hauptursachen der Harninkontinenz .. | 14 |
| 1.3.1 Belastungsinkontinenz/Stressinkontinenz | 15 |
| 1.3.2 Dranginkontinenz/Urge-Inkontinenz | 16 |
| 1.3.3 Überlaufinkontinenz | 17 |
| 1.3.4 Neurogene Blasenentleerungsstörungen/ Reflexinkontinenz | 18 |
| 1.3.5 Mischinkontinenz | 19 |
| 1.4 Wesentliche Aspekte der Diagnostik | 19 |
| 1.5 Wesentliche Aspekte der Therapie | 22 |
| 2 Stuhlinkontinenz (Darmschwäche) | 24 |
| 2.1 Anatomischer und physiologischer Überblick | 25 |
| 2.2 Wesentliche Ursachen der Stuhlinkontinenz | 26 |
| 2.2.1 Verletzung der Schließmuskel bzw. Analhaut | 28 |
| 2.2.2 Chronische Durchfälle | 28 |
| 2.2.3 Obstipation (Verstopfung) | 29 |
| 2.2.4 Nervenschädigungen | 30 |
| 2.2.5 Verringertes Reservoir im Mastdarm | 30 |
| 2.2.6 Beckenbodenschwäche | 31 |
| 2.3 Wesentliche Aspekte der Diagnostik | 32 |
| 2.4 Wesentliche Aspekte der Therapie | 34 |
| 2.4.1 Konservative (alternative) Behandlungsmethoden .. | 35 |
| 2.4.2 Operative Behandlungsmethoden | 35 |
| 2.4.3 Medikamentöse Therapie | 37 |

| | | |
|-------|---|-----|
| 3 | Maßnahmen zur Förderung der Kontinenz . | 38 |
| 3.1 | Psychosoziale Aspekte der Kontinenzförderung ... | 39 |
| 3.2 | Allgemeine Maßnahmen zur Förderung der Harnkontinenz | 40 |
| 3.2.1 | Flüssigkeitszufuhr und Ernährung | 40 |
| 3.2.2 | Bewegung | 42 |
| 3.2.3 | Bekleidung | 43 |
| 3.2.4 | Umgebung | 45 |
| 3.3 | Kontinenztraining bei Harninkontinenz | 46 |
| 3.3.1 | Blasen- und Toilettentraining | 47 |
| 3.3.2 | Beckenbodentraining | 51 |
| 3.3.3 | Urotherapie – Verhaltenstherapie | 65 |
| 3.4 | Management der Harninkontinenz in der Pflege ... | 66 |
| 3.4.1 | Umgang mit Inkontinenz in der Pflege | 67 |
| 3.4.2 | Expertenstandard Förderung der Harnkontinenz in der Pflege | 70 |
| 3.4.3 | Kontinenztraining in der Pflegeeinrichtung | 72 |
| 3.5 | Darmmanagement – Maßnahmen bei Stuhlinkontinenz | 78 |
| 3.5.1 | Toilettentraining | 79 |
| 3.5.2 | Irrigation | 80 |
| 3.5.3 | Maßnahmen zur Vermeidung von Obstipation und Durchfällen | 81 |
| 3.5.4 | Ernährung | 83 |
| 3.5.5 | Beckenbodentraining | 84 |
| 3.6 | Inkontinenzhilfsmittel bei Harn- und Stuhlinkontinenz | 86 |
| 3.6.1 | Auswahlkriterien | 86 |
| 3.6.2 | Formen der Inkontinenzmittel | 87 |
| 3.6.3 | Intim- und Hautpflege | 98 |
| 4 | Spezielle Aspekte der Inkontinenz bei älteren Menschen | 99 |
| 4.1 | Begünstigende Faktoren für eine Inkontinenz im Alter | 101 |
| 4.2 | Ursachen einer Harninkontinenz im Alter | 102 |

| | | |
|-------|---|-----|
| 4.2.1 | Erste Anzeichen von Blasenschwäche | 104 |
| 4.2.2 | Förderungsmöglichkeiten der Harnkontinenz im Alter | 106 |
| 4.3 | Besonderheiten bei Stuhlinkontinenz im Alter | 108 |
| 4.3.1 | Ursachen einer Stuhlinkontinenz im Alter | 109 |
| 4.3.2 | Therapie bei Stuhlinkontinenz im Alter | 112 |
| 4.4 | Motivationsbeeinflussende Aspekte zur Kontinenzförderung bei älteren Menschen | 113 |
| 4.4.1 | Kontinenzförderung durch Patientenedukation im Alter | 113 |
| 4.5 | Motivation durch pflegende Angehörige | 117 |
| 4.5.1 | Motivation vs. Belastungen im Alltag | 118 |
| 4.5.2 | Pflegende Angehörige professionell unterstützen .. | 120 |
| 5 | Inkontinenz und Kontinenzförderung bei Menschen mit Demenz | 123 |
| 5.1 | Besonderheiten bei Harninkontinenz | 124 |
| 5.2 | Besonderheiten bei Stuhlinkontinenz | 127 |
| 5.3 | Maßnahmen zur Förderung der Kontinenz | 128 |
| 5.4 | Besonderheiten im Umgang | 132 |
| 5.4.1 | Jedes Verhalten hat eine Ursache | 133 |
| 5.4.2 | Möglichkeiten der Kommunikation mit demenziell Erkrankten | 135 |
| 5.4.3 | Kontinenzfördernde Umgebung bei Menschen mit Demenz | 139 |
| 6 | Spezielle Aspekte der Inkontinenz und Kontinenzförderung bei Kindern und Jugendlichen | 142 |
| 6.1 | Harninkontinenz bei Kindern | 142 |
| 6.1.1 | „Einnässen“, „Bettnässen“ und „kindliche Harninkontinenz“ | 143 |
| 6.1.2 | Diagnostik | 149 |
| 6.1.3 | Kontinenzfördernde Maßnahmen | 150 |

| | | |
|-------|---|-----|
| 6.1.4 | Kontinenzschulung – Urotherapie bei funktioneller Harninkontinenz | 155 |
| 6.2 | Stuhlinkontinenz (Enkopresis) bei Kindern | 159 |
| 6.2.1 | Formen und Ursachen der Enkopresis | 160 |
| 6.2.2 | Diagnostik | 161 |
| 6.2.3 | Kontinenzfördernde Maßnahmen bei Enkopresis .. | 162 |
| 6.3 | Kindliche Harn- und Stuhlinkontinenz – eine Belastung für die ganze Familie | 166 |
| | Umgang mit belastenden Situationen | 168 |
| | Nachwort | 169 |
| | Literatur | 170 |
| | Stichwortverzeichnis | 174 |
| | Anhang | 178 |
| | Anhang A: Beispiel Miktionsprotokoll | 179 |
| | Anhang B: Beispiel zum Stuhltagebuch. | 180 |
| | Anhang C: Wichtige Fragen zur Diagnostik Einnässen beim Kind | 181 |
| | Anhang D: Beispiel Miktionskalender (Blasentagebuch) | 182 |
| | Anhang E: Praktische Tipps für Eltern mit Kindern, die einnässen | 183 |
| | Anhang F: Nützliche Adressen und Links | 185 |