	Pflegehandbuch	7. Pflegeleitlinien
	Patienteninformation Förderung der Harnkontinenz	

Die Pflegefachkräfte und Pflegekräfte des DRK PflegeService Müggelspree gGmbH möchten Sie unterstützen, Ihre vorhandene Harninkontinenz zu behandeln, diese zu beseitigen bzw. sie auf ein Minimum zu reduzieren. Die wichtigsten pflegerischen Maßnahmen finden Sie in diesem Informationsblatt.

Definition Harninkontinenz

Bezeichnung für ein Symptom, deren Kennzeichen der unfreiwillige Urinverlust ist. Die Ursachen sind vielfältig und komplex.

Die Einteilung der Formen von Harninkontinenz beruht auf Veränderungen der Speicher- und Entleerungsfunktion der Harnblase, zusätzlich können funktionelle Einschränkungen (z.B. nach OP) unfreiwilligen Harnverlust begünstigen.

Funktionelle Inkontinenz

Ist die Unfähigkeit eines normalerweise kontinenten Menschen, die Toilette rechtzeitig zu erreichen, um einen unwillkürlichen Urinabgang zu vermeiden (NANDA 2003).

Fallbeispiel: Ein Pflegebedürftiger ist durch einen Schlaganfall mit Halbseitenlähmung bettlägerig. Er verspürt Harndrang, kann aber bedingt durch die Halbseitenlähmung, das Bett nicht allein verlassen, um auf die/ den Toilette/ Toilettenstuhl zu gehen = funktionelle Inkontinenz.

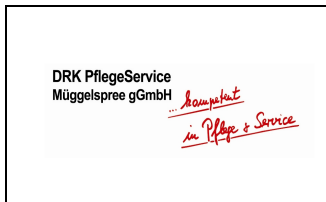
Folgende Hinweise sollten Sie deshalb bitte unbedingt berücksichtigen:

1. führen Sie Toilettentrainings entsprechend den individuellen/festen Entleerungszeiten durch,
2. nehmen Sie täglich ca 1,5-2 Liter (Tee, Wasser) zu sich, da ein konzentrierter Urin die Drangsymptomatik verstärkt und das Risiko eines Harnwegsinfekts erhöht,
3. vermeiden Sie die Einnahme von Kaffee, Alkohol und Zitrusgetränken,
4. reduzieren Sie nach Möglichkeit Ihr Körpergewicht, da Übergewicht ein Risikofaktor für Harninkontinenz darstellt,
5. schöpfen Sie auch spezielle Maßnahmen zur Kontinenzförderung aus (s. Tbl. S. 2).

Informieren Sie Ihre zuständige Pflegefachkraft über ...

1. unfreiwilligen Harnverlust bei körperlicher Belastung (z.B. Husten oder Niesen),
2. unfreiwilligen Harnverlust mit Harndrang einhergehend,
3. unfreiwilligen Harnverlust in Kombination mit Harndrang und bei körperlicher Anstrengung,
4. unfreiwilligen Harnverlust mit eingeschränktem/ fehlendem Gefühl für Blasenfüllung,
5. Nykturie (häufiger Harndrang in der Nacht),
6. Tröpfeln nach dem Wasserlassen.

Erstellt	Freigegeben	Überprüfung	Seite	1
QMB	PDL	10/2018	Version	3
			Stand	10/2016

	Pflegehandbuch	7. Pflegeleitlinien
	Patienteninformation Förderung der Harnkontinenz	

Bei Überleitungen, z.B. aus dem Krankenhaus, kann es zu Versorgungsbrüchen kommen. Daher ist rechtzeitig sicherzustellen, dass Sie und Ihre Angehörigen Maßnahmen zur Kontinenzförderung zur Kenntnis nehmen und nach Möglichkeiten umsetzen.

Spezielle Maßnahmen zur Kontinenzförderung:

Blasentraining	Die Fähigkeit den Harndrang zu verdrängen, ist zu verbessern, um Ausscheidungsintervalle auf drei bis vier Stunden zu erhöhen (Ziel: Korrektur falscher Ausscheidungsgewohnheiten, Erhöhung der Blasenkapazität).
Beckenboden- training	Training, um die Beckenbodenmuskulatur durch spontane Kontraktionswiederholungen unter professioneller Schulung/ Anleitung zu trainieren, um den Beckenboden zu stärken (Erhaltung der Urinkontrolle). Voraussetzung: gesicherte medizinische Diagnose sowie uneingeschränkte geistige Leistungsfähigkeit
Toilettentraining	Pflegebedürftige mit körperlich und/ oder geistig eingeschränkten Fähigkeiten benötigen zum Erhalt oder zur Wiedererlangung der Kontinenz besondere Unterstützung. Dazu sind i.d. Regel Pflegekräfte erforderlich, die bei der Verrichtung der Ausscheidung behilflich sind. Das Toilettentraining orientiert sich an den Fähigkeiten/ Zielen der Pflegebedürftigen.
Einsatz von Hilfsmitteln	Generell gilt: aktive Maßnahmen der Kontinenzförderung haben Vorrang gegenüber der passiven Versorgung (Kontinenzhilfsmittel). Ist durch zuvor durchgeführte Trainingsmethoden keine Kontinenz erreicht, erfolgt der Einsatz speziell auf die Bedürfnisse der Pflegebedürftigen abgestimmter Hilfsmittel.

Informieren Sie Ihren behandelnden Hausarzt über Ihre bestehende Harninkontinenz.

Ihr DRK-PflegeService ist im Rahmen der vorhandenen Möglichkeiten bereit, zusätzliche ärztliche Anordnungen/Therapien umzusetzen.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal sowie die verantwortliche Pflegefachkraft der DRK PflegeService Müggelspree gGmbH.

Ihr DRK PflegeService

15. März 2017

Literatur:

Expertenstandard Förderung der Harnkontinenz in der Pflege, Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP), Osnabrück, 2007

Erstellt	Freigegeben	Überprüfung	Seite	2
QMB	PDL	10/2018	Version	3
			Stand	10/2016