

1. Beratung erfolgt am: _____

durch: _____

Name des Beratenen		Patient		Angehöriger	
--------------------	--	---------	--	-------------	--

Informationen zu Harninkontinenz – Beratungsinhalt

Das Deutsche Netzwerk zur Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP) hat ihren fünften Expertenstandard vorgelegt: Förderung der Harnkontinenz in der Pflege.

Mit dem Expertenstandard zur Förderung der Harnkontinenz wird ein Pflegebereich thematisiert, der mit vielschichtigen Problemen belastet ist. Wohl eines der gravierendsten ist dabei, dass Harninkontinenz trotz aller intensiven Aufklärungsbemühungen in den letzten Jahren immer noch ein Tabuthema ist, was für Betroffene, deren Angehörige und Pflegefachkräfte in den Gesundheits- und Altenpflegeeinrichtungen mitunter erhebliche Auswirkungen hat. Hinzu kommt, dass Harninkontinenz eine stark altersabhängige Komponente hat und so aufgrund der Überalterung unserer Bevölkerung mit weiter ansteigenden Erkrankungszahlen zu rechnen ist.

Der Expertenstandard soll die Lebensqualität Betroffener und die Arbeitsqualität der Pflegenden verbessern.

Auch wenn die pflegerische Versorgung inkontinenter Menschen im Allgemeinen ein gutes Niveau erreicht hat, bleiben viele Herausforderungen, um das Problem der Harninkontinenz zu beherrschen. Die Impulse durch den neuen Expertenstandard sind hierbei sicherlich von großem Nutzen. Denn er befasst sich sowohl mit den Möglichkeiten, Harnkontinenz zu erhalten und zu fördern als auch eine identifizierte Harninkontinenz zu beseitigen, zu reduzieren oder zu kompensieren.

Generell betont der Expertenstandard die Wichtigkeit der kommunikativen Fähigkeiten von Pflegefachkräften. Sie sollen aufmerksam zuhören können und in der Lage sein, Betroffene zu beraten und zu motivieren. Durch den Expertenstandard soll aber auch die inter-disziplinäre Zusammenarbeit von Arzt und Pflegefachkraft neue Impulse erhalten, sodass auch diesbezügliche Kommunikationstechniken zu reflektieren sind.

Alle pflegerischen Interventionen zur Förderung der Harnkontinenz setzen voraus, dass die Ursache, der Schweregrad und die individuellen Gegebenheiten beim Betroffenen bekannt und evaluiert sind.

Für Diagnose und Pflegeanamnese ist das Miktionsprotokoll hilfreich, in dem etwa über drei Tage unkontrollierte und kontrollierte Blasenentleerungen sowie geschätzte Harnmenge, Trinkmenge und sonstige Begleitumstände eingetragen werden. Einen Vordruck als Kopiervorlage halten wir für Sie bereit.

Das Miktionsprotokoll ist zudem die Basis für die praktische Durchführung eines Toilettentrainings. Es wird ergänzt durch einen Toilettenplan, in dem die Zeiten zum Wasserlassen festgehalten werden.

Die Versorgung inkontinenter Menschen mit absorbierenden Inkontinenzprodukten ist heute ein bedeutender Teil der Gesamtbehandlung. So empfiehlt auch der Expertenstandard, kontinenzfördernde Maßnahmen durch eine optimierte Versorgung mit aufsaugenden Hilfsmitteln zu ergänzen, die sich individuell nach den Bedürfnissen der inkontinenter Person richtet.

Standardaussage des Expertenstandard „Förderung der Harnkontinenz in der Pflege“ (DNQP)

Bei jedem Patienten mit Kontinenzproblemen wird die Kontinenz erhalten oder so gefördert, dass Harninkontinenz beseitigt oder weitestgehend reduziert wird. Bei potentiellen Kontinenzproblemen wird einer Inkontinenz vorgebeugt.

Definition Harninkontinenz:

Die folgenden Informationen sollen Ihnen helfen eine Harninkontinenz zu erkennen und die passenden Hilfsmittel zu finden. Eine Harninkontinenz ist jeglicher unwillkürlicher Harnverlust, weiterhin die fehlende Fähigkeit Bedürfnisse zu kommunizieren und Hilfestellung zu erhalten, wenn Einschränkungen beim selbstständigen Toilettengang bestehen.

Frauen sind bis zu viermal häufiger von Harninkontinenz betroffen als Männer!

Erkennungszeichen:

- unfreiwilliger Urinverlust bei körperlicher Belastung,
- unfreiwilliger Urinverlust mit Harndrang einhergehend,
- unfreiwilliger Urinverlust in Kombination mit Harndrang, und körperlicher Belastung (Husten, Niesen),
- unfreiwilliger Urinverlust mit eingeschränktem/fehlendem Gefühl für eine Blasenfüllung,
- nächtliches Wasserlassen,
- Verzögerung beim Wasserlassen,
- Pressen beim Wasserlassen,
- ständiger Urinabgang,
- Gefühl nicht vollständig entleerter Blase,
- Einnässen,
- Einnässen während des Schlafes.

Risikofaktoren:

Wichtige Faktoren sind:

- Belastung des Beckenbodens,
- Übergewicht (Adipositas),
- Schwangerschaft,
- chronischer Husten,
- Schlaganfall,
- Multiple Sklerose,
- Morbus Parkinson,
- Demenz,
- Diabetes Mellitus,
- körperliche Einschränkungen,
- Medikamente,
- Obstipation (Verstopfung),
- Veränderung der Prostata.

Mögliche Ursache für eine vorübergehende Harninkontinenz:

- Harnwegsinfekt.
- zu hohe oder zu geringe Flüssigkeitsaufnahme,
- bei Männern : Vergrößerung der Prostata und deren OP

Maßnahmen die helfen können:

- Flüssigkeitszufuhr, 1,5 bis 2 Liter am Tag (Tee, Wasser oder Fruchtsäfte),
- Gewichtsreduktion,
- Blasentraining,
- Beckenbodentraining.
- Toilettentraining,
- Hilfsmittel (Inkontinenzvorlagen, Windelhosen, Blasenkatheter)

Harninkontinenz kann für (pflegende) Angehörige aus unterschiedlichen Gründen (z.B. durch das Empfinden von Scham und Ekel) belastend sein und zu einer Veränderung der Beziehung zwischen Angehörigen und Betroffenen führen.

Apotheken und Sanitätshäuser beraten Sie gerne über das für Sie geeignete Produkt und überreicht Ihnen Proben zum Testen.