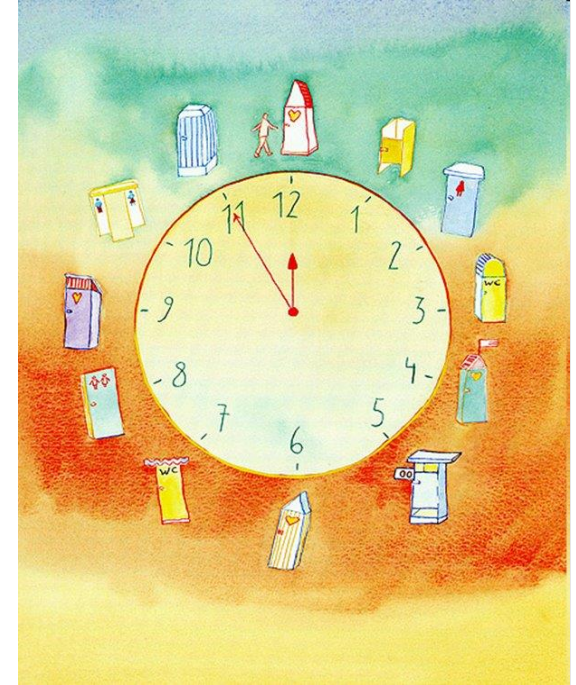


Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

+

Dipl. Psych. Katja Nieter
Neuropsychologie Geriatrie



Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Inhalt

1. Umfrageergebnisse
2. Bedeutung des Themas
3. Teilhabe
4. Körperliche Einschränkungen
5. Psychisches Befinden
6. Psychosomatik und Inkontinenz
7. Was hilft – Kommunikation, Aktivität, Wissen

Tabuthema Inkontinenz

Viele Betroffene in Deutschland leiden im Stillen*

Verleugnung

48 %

Sagen, dass sie lange gebraucht haben, um zu erkennen, dass sie ein Problem haben



59 %

Sagen, dass sie es für ein vorübergehendes Problem hielten, das von allein verschwinden würde

Tabu

Sagen, dass Harninkontinenz in ihrem Heimatland ein Tabuthema ist



52 %

Aufklärung erforderlich

7 von 10

Sagen, dass mehr Aufklärung über das Thema Harninkontinenz erforderlich ist



Gesellschaft

58 %

Wünschen sich, dass die Gesellschaft beim Thema Harninkontinenz offener wäre



Mit den engsten Vertrauten gesprochen

Haben nie darüber gesprochen mit...

69 %

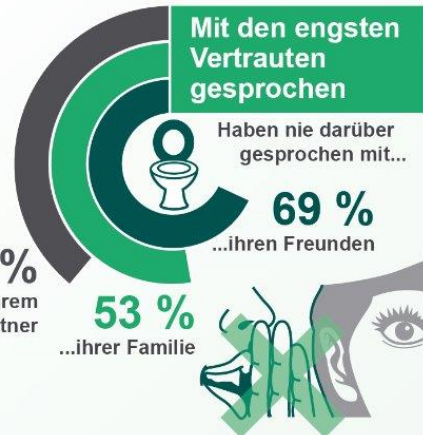
...ihren Freunden

53 %

...ihrer Familie

39 %

...ihrem Partner



Auswirkungen auf das tägliche Leben

74 %

Negative Auswirkungen auf das tägliche Leben



69 %

Sagen, dass die Inkontinenz negative Auswirkungen auf ihr Selbstwertgefühl hat



68 %

Sagen, sie hat negative Auswirkungen auf ihr psychisches Wohlbefinden



Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Bedeutung des Themas

Inkontinenz betrifft ca.
9-10 % der
Gesamtbevölkerung

Inkontinenz betrifft oft
nicht nur die Person
selbst, sondern auch die
Partner, Pflegende,
Mitpatienten,
Gesellschaft



Inkontinenz ist
ein tabuisiertes
Thema

Viele Betroffene suchen
keine oder erst spät im
Störungsverlauf
professionelle Hilfe auf

Dadurch entstehen
relevante
Folgeerkrankungen

Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Teilhabe

- Einschränkung des Aktionsradius durch fehlende Toilettenausstattung im öffentlichen Raum
- Zeitliche/organisatorische Abhängigkeit von Pflegenden
- Beschaffung und Handling des Inkontinenzmaterials (Anwendung, Lagerung, Entsorgung)
- Finanzielle Belastung
- Zeitlicher Aufwand Körperpflege, Reinigung der Wäsche, Bettwäsche etc.



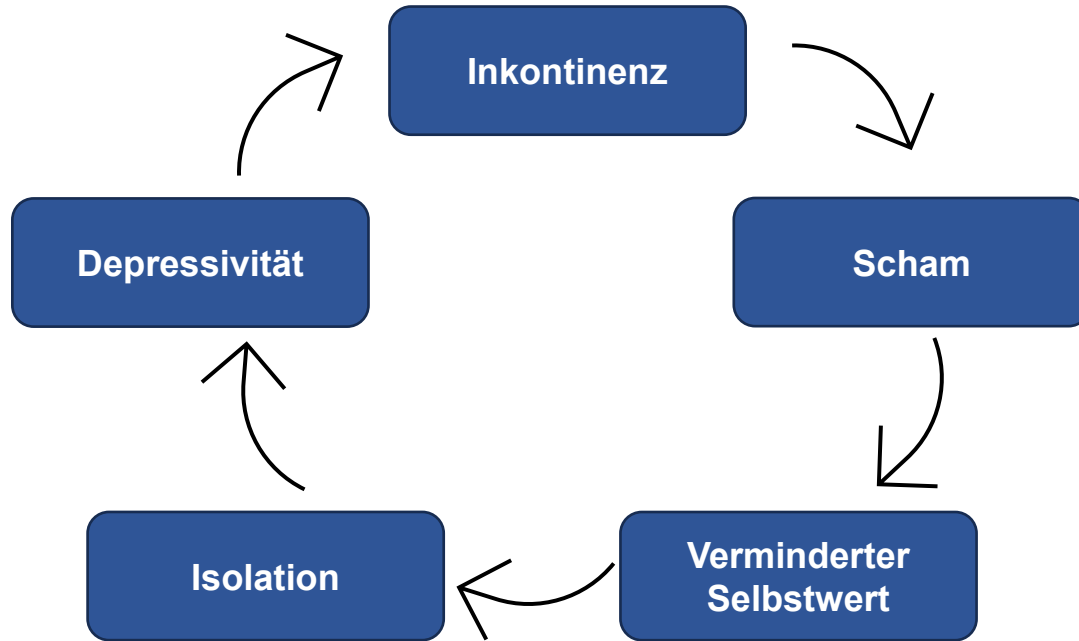
Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Körperliche Einschränkungen

- Schlafstörungen
- Verminderte Flüssigkeitsaufnahme
- Folgeerkrankungen durch geringe Flüssigkeitsaufnahme (z.B. Delir)
- Geruchsbelästigung
- Entzündungen durch Inkontinenz selbst, häufiges Waschen
- Schmerzen durch Entzündungsprozesse oder schmerzhaften Harndrang

Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Auswirkungen auf psychisches Befinden



- Inkontinenz ist mit einem höheren Risiko für depressive Störungen und Ängsten verbunden
- Depressive Stimmungslage bis hin zur depressiven Störung
- Inkontinenz kann auch durch Stress und psychische Belastungen verstärkt werden

Psychosoziale Aspekte der Inkontinenz

Psychische Ursachen

- Inkontinenz kann auch als psychosomatische Störung auftreten
- Es besteht die Annahme, dass Angst oder hoher Stress zu Muskelverspannungen und dadurch zu Kontinenzproblemen führen
- Bei Agoraphobie, Beziehungsproblemen, sexuellem Missbrauch kann die Inkontinenz z.B. eine Vermeidungsreaktion darstellen

WICHTIG: zunächst Ausschluss körperlicher Ursachen

Was hilft ?

Was hilft – Kommunikation und Umgebung

- Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung : Mit dem Betroffenen offen über das Problem sprechen => d.h. das Problem sehen und respektvoll ansprechen
- Betroffene trotz Hilfsbedürftigkeit als Erwachsene behandeln
- Sprache: Verwendung professioneller Begriffe wie z.B. Vorlage/Schutzhose => Begriff „Windel“ vermeiden

Was hilft ?

Was hilft – Kommunikation und Umgebung

- Versachlichung: Inkontinenz als lösbares Problem darstellen
- So weit wie möglich Intimsphäre wahren (Paravant, Türen schließen!)
- Trotz der stressigen und teilweise sehr unangenehmen Situation Schuldzuweisungen vermeiden und auch negative nonverbale Signale vermeiden

Was hilft ?

Aktiv werden

- Aufklärung => gibt Sicherheit
- Therapieoptionen abklären => vermindert erlebte Hilflosigkeit
- Hilfsmittel erproben => ermöglicht Teilhabe, Selbstwirksamkeit
- Beckenbodentraining => erhöht Selbstwirksamkeit
- Erlernen einer Entspannungsmethode => reduziert ängstliche Anspannung

Was hilft ?

Informationen, Anlaufstellen

www.kontinenz-gesellschaft.de (Broschüren (auch zu Trauma und Inkontinenz), Adressen)

<https://leben-ohne-druck.de/blog> (viele Informationen und Tipps für das Leben mit Inkontinenz)

<https://www.pflegeabc.de/kurse> (Video-Kurs zum Thema Umgang mit Inkontinenz)

Stiftung ZPQ (Zentrum für Qualität in der Pflege) (Informationen und Flyer zum Thema)

Im Einzelfall: Es gibt Psychotherapeuten, die das Thema spezialisiert behandeln und meist auch Biofeedbacktraining anbieten.



Caritas-Klinik
Dominikus
Berlin-Reinickendorf



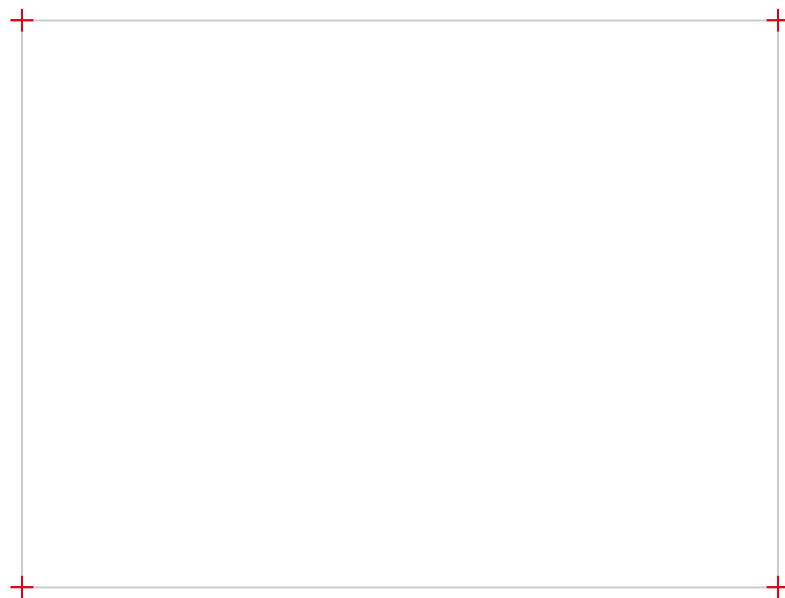


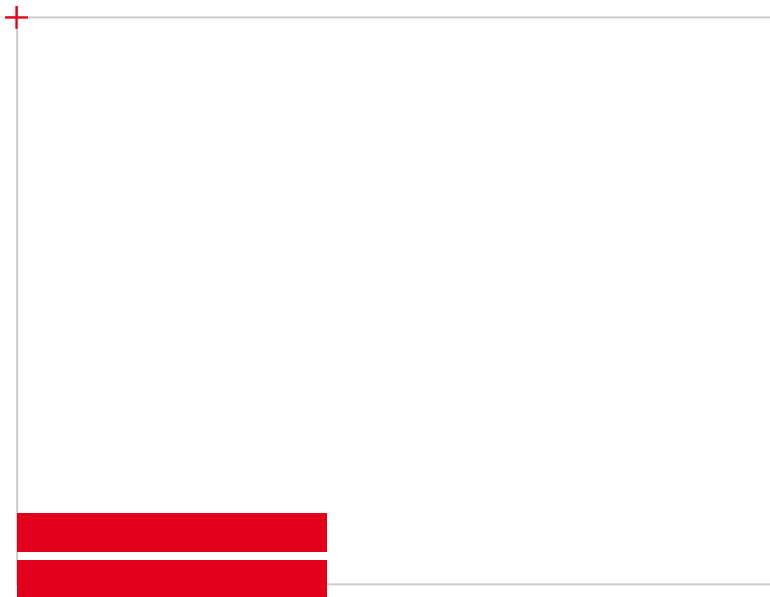


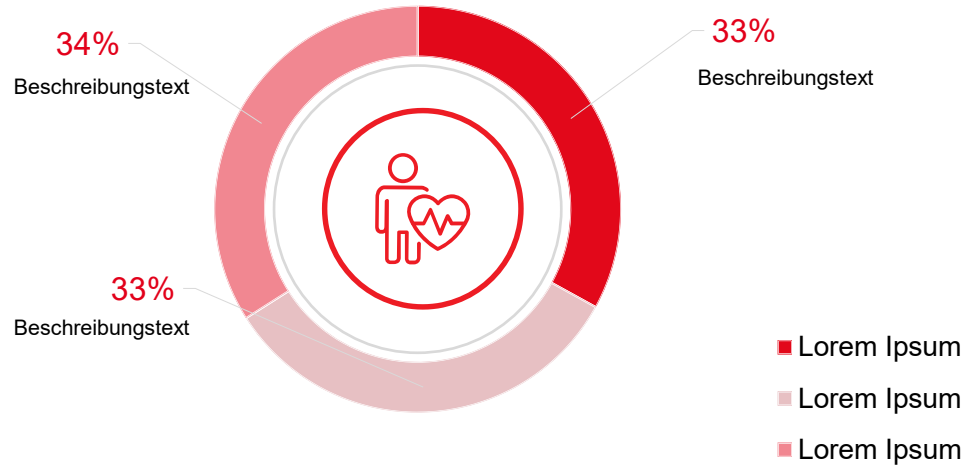


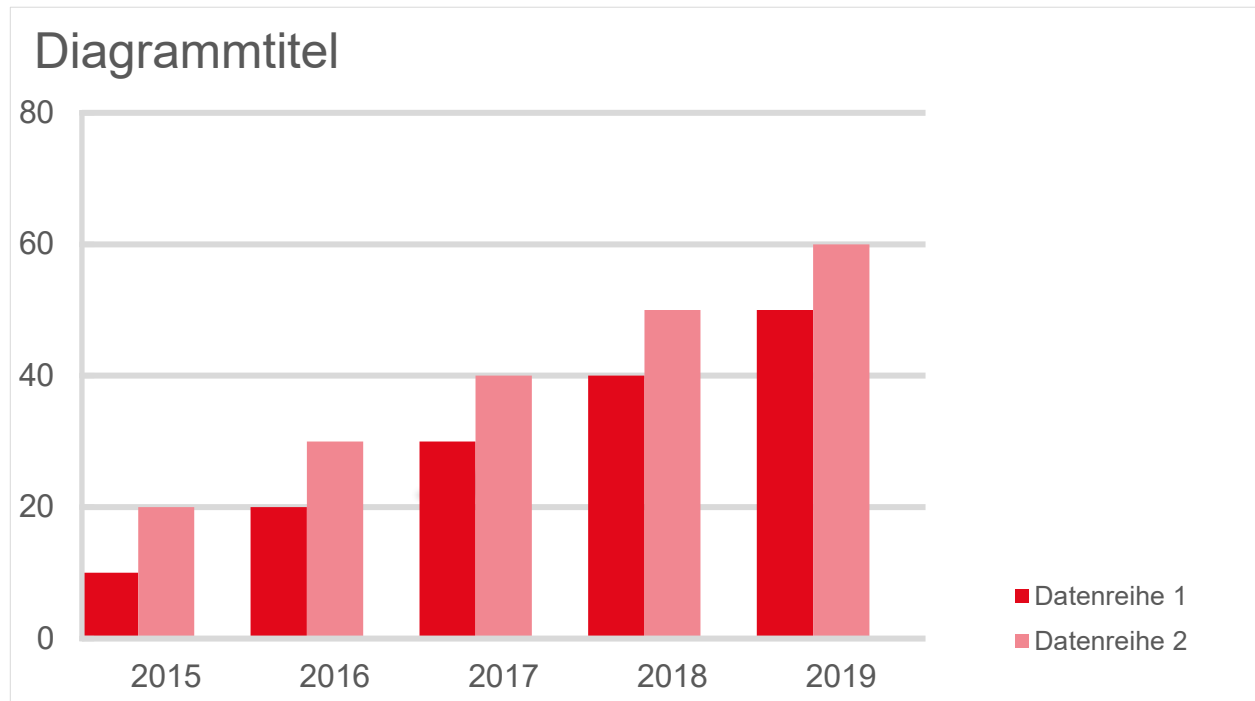












**Mensch-
lichkeit**

**Beste
Medizin**

**Versor-
gungsnetz**

„Menschlich umsorgt dank christlicher Nächstenliebe.“

Wir wissen es längst – und neueste medizinische Untersuchungen zeigen es – die reine medizinische Behandlung genügt nicht, um wieder ganz gesund zu werden. Daher nehmen wir uns wirklich Zeit für die Probleme und Fragen unserer Patienten. In unserem Krankenhaus zählen die Patienten als Mensch, und zwar von der Aufnahme bis hin zur Entlassung. In unserer täglichen Arbeit verbinden wir exzellente Therapie und Pflege mit den Werten unseres christlichen Leitbildes wie Mitmenschlichkeit und echte Anteilnahme.

„Medizinisch behandelt auf höchstem Niveau.“

In unseren Kliniken bieten wir ein breit gefächertes Behandlungsspektrum und eine hochmoderne medizinische Ausstattung. Wir sehen Menschlichkeit und Nächstenliebe nicht als ein Gegengewicht zur technologisierten Spitzenmedizin. Sie ist für uns ein integraler Bestandteil dessen. Wir sind davon überzeugt, dass eine medizinische Behandlung auf höchstem Niveau immer auch Menschlichkeit bedeutet.

„Ganzheitlich aufgehoben im größten Versorgungsnetzwerk.“

Wir lassen unsere Patienten auch nach ihrem Krankenhausaufenthalt nicht allein. Durch das Caritas Netzwerk sind wir auch nach der Krankheit für sie da. Ob Anschlussbetreuung, Essen auf Rädern, Kinderbetreuung oder Sozialberatung - wir bieten ganzheitliche Unterstützung in allen Lebenslagen. Das umfassende Angebot der Caritas: Hand in Hand für die Gesundheit. Bis unsere Patienten die Selbstständigkeit zurückgewonnen haben.



**Caritas-Klinik
Dominikus**
Berlin-Reinickendorf

Text



Caritas-Klinik
Dominikus
Berlin-Reinickendorf