

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. Anahaut	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