

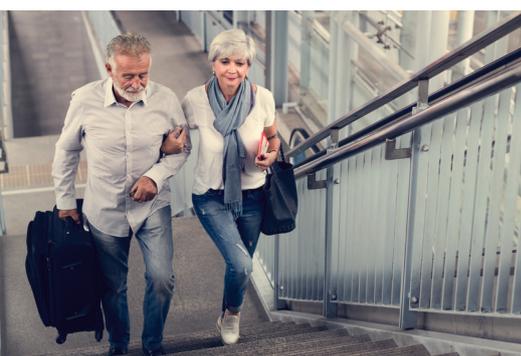
*Beratungsleitfaden für Bewohnerinnen und Bewohner, Gäste, Pflegebedürftige und ihre Bezugspersonen sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter*



# Harnkontinenzförderung

Wir möchten Sie im Umgang mit gesundheitlich schwierigen Situationen und Risiken unterstützen. Unsere Fachkräfte beraten Sie gerne persönlich und umfassend zu prophylaktischen Möglichkeiten und Angeboten in der Pflege und sozialen Betreuung. Dabei liegen uns Ihre Selbstständigkeit, Ihre persönlichen Wünsche sowie Ihre Selbstbestimmung und Teilhabe am Herzen.

**Mehr als zehn Millionen Menschen in Deutschland leiden unter Harninkontinenz (Blasenschwäche und Harnverlust). Hier beantworten wir wichtige Fragen zum Thema:**



## 1. Was kann eine Blasenschwäche und Harnverlust auslösen?

- Demenz, kognitive Einbußen
- Schwache Beckenbodenmuskulatur
- Obstipation (Stuhilverstopfung)
- Mobilitätseinschränkung
- Kommunikationseinschränkung
- Medikamente
- Übergewicht
- Stress
- Drang
- Belastung
- Körperliche Anstrengung



## 2. Welche Erscheinungsform hat eine Blasenschwäche und Harnverlust?

- Einnässen
- Geruchsbildung
- Fehlende/reduzierte Toilettengänge
- Schamgefühl



### 3. Welche Folgen oder Auswirkungen kann eine Harninkontinenz haben? Dies hängt ab von der Intensität und Schweregrad:

- Scham
- Soziale Isolation
- Hautirritationen
- Gerüche
- Wundbildung
- Blasenentzündungen, wiederkehrend



### 4. Welche Möglichkeiten und Maßnahmen können helfen, den Harn zu halten und die Blase zu stärken?

- Stärken der Beckenbodenmuskulatur
- Geplante Toilettengänge
- Individuell angepasster Hilfsmiteinsatz (Toilettenstuhl, Vorlagen, Urinflasche etc.)

### Weitere Empfehlungen:

- Abklärung der ärztlichen Diagnostik
- Finanzierung der Hilfsmittel

**Gerne unterstützen wir Sie, und stimmen Ihre Bedürfnisse und Wünsche mit unserer fachlichen Einschätzung und den Möglichkeiten zur Förderung der Harnkontinenz ab.**

Quellen: Expertenstandard Harnkontinenzförderung in der Pflege

