Risikofaktoren und Risikogruppen für die Harninkontinenz

- geschlechtsunabhängige Risikofaktoren:
  - Alter,
  - Gebrechlichkeit,
  - Immobilität,
  - intellektueller Abbau,
  - bestimmte Erkrankungen,
  - Harnwegsinfekte,
  - Medikamente,
  - Umweltbedingungen

- Spezielle Risikofaktoren bei Frauen:
  - Geburten,
  - Klimakterium,
  - Operationen,
  - Übergewicht

- Spezielle Risikofaktoren bei Männern:
  - Prostatahypertrophie,
  - Operationen

- Inaktive Menschen sind deutlich mehr gefährdet als aktive
- Der Mangel an Beweglichkeit allein kann schon Ursache für Inkontinenz sein
- Erhaltung der geistigen Aktivität kommt große Bedeutung zu

Gesundheitszentrum HORST

Häufig verordnete Medikamente mit Einfluß auf die Kontinenz

- Diuretika
- Anticholinergika
- Psychopharmaka
- Neuroleptika
- Antidepressiva
- Antiparkinsonmittel
- Sedativa/Schlafmittel
- Narkotika, Schmerzmittel
- Betablocker
- Alpha-Rezeptorenblocker
- Alpha-Adrenergika u.
- Kalziumantagonisten
- Cholinergika
- Prostaglandinsyntheseinihibitoren
- Antihistaminika/Antiemetika
- ACE-Hemmer
- Antiepileptika
- Digitalis
- Skelettmuskelrelaxantien
- Ophthalmologika

Medikamentöse Einflußfaktoren

- Polyurie (alle Inkontinenzformen)
  z.B. Diuretika
- Senkung des Blasenauslaßwiderstandes (Belastungs-Inkontinenz),
  z.B. Benzodiazepine
- Steigerung des Blasenauslaßwiderstandes (Überlauf-Inkontinenz),
  z.B. Alpha-Agonisten
- Reduktion der Detrusorkontraktilität (Überlauf-Inkontinenz),
  z.B. Muscarinrezeptorantagonisten
- Steigerung der Detrusorkontraktilität (Drang-Inkontinenz),
  z.B. Parasympathomimetika
- Zunahme des intraabdominellen Drucks (Belastungs-Inkontinenz),
  z.B. ACE-Hemmer durch chron. Husten

Umgebungseinflüsse

• unpassende Möbelhöhe (z.B. Bett, Stuhl, Toilette)
• weit entfernte Toilette
• schlechte Beleuchtung
• fehlende Toilettenbeschriftung, insbesondere im Krankenhaus oder Altenheim
• unpassende Kleidung
• Ursachen für Inkontinenz auslösende Reflexe (z.B. Geräusch von laufendem Wasser, mit bloßen Füßen auf einem kalten Fußboden)

Allgemeine Maßnahmen zur Kontinenzförderung

• Flüssigkeitszufuhr
• Gewichtsreduktion
• Darmmanagement
• Förderung der Autonomie
• Hilfsmittel

Nicht-operative, nicht-medikamentöse Therapiemaßnahmen im ganzheitlichen Behandlungskonzept der Harninkontinenz

• Toiletten-Training/Miktions-u. Blasentraining
• Physiotherapie /Physikalische Therapie
• Hilfsmittel (absorbierende Vorlagen und Windelhosen)
• Instrumentelle Harnableitung
• Qualifizierte Pflegekraft
• Patienten-bzw. Angehörigenschulung
• Allgemeinmaßnahmen (z.B. Diät, Umfeld, geistiges und körperliches Training)

Hilfsmittel

• Mobile Toilettenhilfen
• Ableitende Hilfsmittel
• Aufsaugende Hilfsmittel
  – körperferne
  – körpernahe

Spezielle Maßnahmen zur Kontinenzförderung

- Blasentraining
- Beckenbodentraining mit/ohne unterstützende Technik
- Valsalvetechnik oder Triggermethoden?
- Doppel-oder Dreifachmiktion
- Toilettentraining
  - –angebotener Toilettengang
  - –individuelle Entleerungssituation
  - –festgelegte Entleerungszeiten

Therapie

- Verhaltenstherapie
- Vaginale, rektale Elektrostimulation (ggf. begleitend top. Östrogenisierung)
- Anticholinergika
- Alternativ orale Medikamente (Alphablocker, trizyklische Antidepressiva, Phosphodiesterasehemmer)
- Resiniferatoxin-Blaseninstallation
- Botulinum A-Detrusorinjektion
- Sakrale Neuromodulation
- Hilfsmittel

Folgeprobleme einer Inkontinenz

- Stürze u. Frakturen
- Harnwegsinfekt
- Schmerzen
- Ausfluß
- Depression
- Hautschäden

Gesundheitszentrum HORST

Medikamente mit Stimulation der Blasenaktivität

- Alpha-1-Blocker
- ACE-1-Blocker
- ACE-Hemmer
- Calcium-Kanal-Blocker
- GABA-Struktur-Analoga
- Statine
- Lithium
- MAO-B-Hemmer
- Muskelrelaxanzien
- Neuroleptika
- NSAR
- Parasympathomimetika
- SSRI
- Serotonin-Agonisten
- Sympathomimetika
- Vitamin-D-Derivate

Gesundheitszentrum HORST

Medikamente mit anticholinerger (Neben-) Wirkung

(Leitlinie, Pharmakotherapie im Alter)

Gruppe	Substanz
Analgetika	Pethidin
Antiarrhythmika	Chinidin, Disopyramid, Ipatropiumbromid, Procainamid
Antiasthmatika	Theophyllin
Antidepressiva	Amitryptilin, Clomipramin, Doxepin, Imipramin
Antiemetika	Meclozin
Peremesin	
Antihistaminika	Clemastin
Sedativa	Prometazin, Diphenhydramin
Antiparkinsonmittel	Biperidin, Trihexyphenidyl
Anxiolytika	Clorazepat
	Alprazolam
Digitalis	Digoxin,
Diuretika	Furosemid
Hustenblocker	Codein
Neuroleptika	Fluspurilen, Haloperidol, Levomepromazin
	Thioridazon
Spasmolytika	Butylscopolaminiumbromid
Vagolytika	Belladonna-Alkaloide Oxybutynin

Gesundheitszentrum HORST