

Beratung
Vorsorge
Behandlung

Beckenboden- Zentrum

im RKK Klinikum Freiburg

Ihr Vertrauen wert

Inkontinenz – was ist das?

In Deutschland leiden ca. 6 – 7 Millionen Menschen unter unfreiwilligem Harn- oder Stuhlabgang.

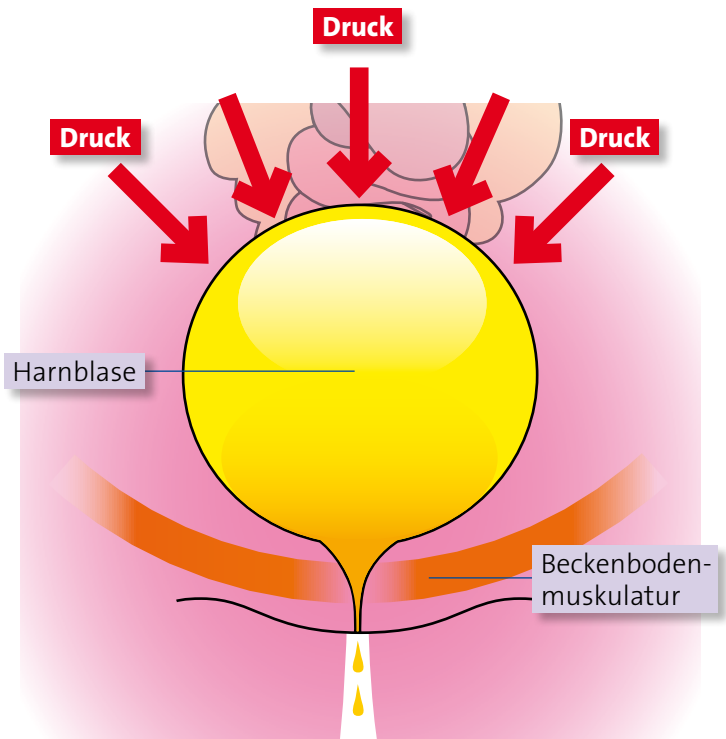
Diese **Harn-** bzw. **Stuhlinkontinenz**-Erkrankungen sind leider auch heutzutage noch ein Tabuthema in unserer Gesellschaft. So stellen die unterschiedlichen Formen der Harn- und Stuhlinkontinenz für die Betroffenen nicht nur eine erheblich seelische Belastung dar. Auch das sexuelle Erleben kann beeinträchtigt sein.

Nur etwa ein Drittel der Betroffenen spricht mit dem Arzt über ihre Erkrankung. Sie haben Angst, dass andere „etwas riechen“ und ziehen sich von Bekannten und Freunden zurück.

Das ist besonders bedauerlich, da es viele Behandlungsmöglichkeiten gibt, die zur Heilung beitragen oder wenigstens zur Wiederherstellung einer angemessenen Lebensqualität führen.

Wie entsteht Inkontinenz?

Meist lässt sich die Entstehung von Inkontinenz auf mehrere Faktoren zurückführen. Bei Frauen zählen eine muskuläre Schwäche des Beckenbodens und des Harnblasenschließmuskels, gepaart mit einem durch die Wechseljahre bedingten Hormonmangel zu den häufigsten Ursachen. Dies kann verstärkt werden durch mehrere Geburten und Übergewicht. Beim Mann tritt eine Inkontinenz eher nach großen Bauchoperationen, z.B. nach einer Prostataentfernung auf. Sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern gibt es aber auch noch eine Reihe von neurologischen Erkrankungen, die die Blase beeinträchtigen.



Welche Formen der Inkontinenz gibt es?

- **Belastungsincontinenz**
– bei der es durch körperliche Belastung, z.B. Husten oder Heben, später auch in Ruhe, zu tropfenweisen oder auch stärkerem Urinabgang kommt.
- **Dranginkontinenz**
– ist häufig durch einen überstarken, fast nicht beherrschbaren Harndrang mit sofortigem Harnabgang gekennzeichnet.
- **Mischformen**
– zwischen Belastungs- und Dranginkontinenz sind häufig.
- **Überlaufinkontinenz**
Die Blase füllt sich immer weiter, bis sie schließlich überläuft bzw. andauernd tropft (z.B. bei *Prostatavergrößerungen beim Mann*)

- **Stuhlinkontinenz**
Auch hier gibt es verschiedene Ursachen. Oft wird sie durch Verletzungen des muskulären Verschlussapparates nach Geburten, Dammschnitt oder auch Dammrissen hervorgerufen. Weitere Gründe können sein:
 - operative Verletzung des Enddarms
 - Entzündungen
 - Hämorrhoiden
 - Nervenschädigungen
 - übermäßiger Gebrauch von Abführmittel

Wie wird die Diagnose erstellt?

Vor der Behandlung der Inkontinenz steht eine genaue Befragung der Patienten. Danach beginnen umfassende Untersuchungen. Während der Füllung der Harnblase wird in einer sog. urodynamischen Untersuchung die Funktion der Blase und des Schließmuskels unter Husten überprüft. Die Untersuchung ist nicht schmerzhaft und wichtig zur Unterscheidung der verschiedenen Inkontinenzformen.

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

• Beckenboden- und Schließmuskeltraining

Der Beckenboden ist der Teil des Verschlussapparates von Blase und Darm. Diese Muskelgruppe lässt sich willentlich und ganz bewusst an- und wieder entspannen und kann folglich auch trainiert werden. Dieses Training sollte unter Aufsicht von Physiotherapeuten durchgeführt und ständig überprüft werden. Die Durchführung der Beckenbodengymnastik zur Vorbeugung einer Inkontinenz sind neben begleitenden Maßnahmen wie z.B. Biofeedback oder Reizstrombehandlung wichtige Bausteine in der Behandlung von Beckenbodenleiden.

• Medikamentöse Therapie

Viele Formen der Inkontinenz, insbesondere die Dranginkontinenz, können mit Medikamenten behandelt werden. Oft reichen diese aber alleine nicht aus, um langfristig eine Heilung herbeizuführen.

• Operative Therapie

Bei stärkeren Formen der Belastungsinkontinenz oder Senkungsbeschwerden der Scheide oder Gebärmutter werden minimal-invasive Eingriffe, wie. z.B. Schlingenoperationen mit sehr guten Langzeiterfolgen durchgeführt.

• Ernährungsberatung

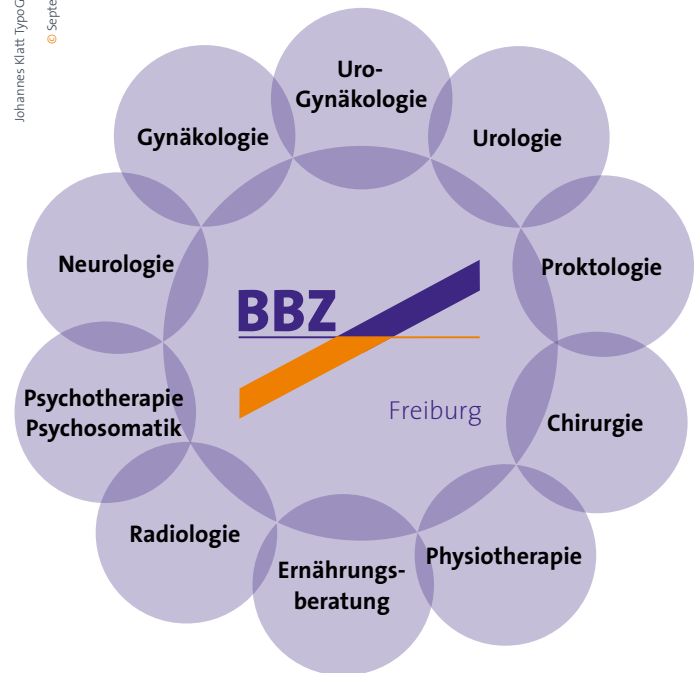
stellt eine wichtige Ergänzung zu allen Therapien dar.

• Psychosomatische Betreuung

hilft bei der Bewältigung schwerwiegender Probleme des Inkontinenz-Alltags.

Die richtige Therapie kann nur gemeinsam mit dem Arzt abgeklärt werden. Voraussetzung für eine individuelle Behandlung ist dabei eine gründliche Diagnose der zu Grunde liegenden Ursachen.

Johannes Klatt TypoGrafik | Bad Krozingen | Tunsel
Foto: Titelseite cc vision
© September 2013 bei RKK Klinikum



Das **Beckenbodenzentrum BBZ** ist eine Einrichtung des **RKK Klinikums** in Kooperation mit vielen niedergelassenen Ärzten und anderer Spezialisten aus unterschiedlichen Fachbereichen. Dem **BBZ** stehen alle diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten zur Behandlung von Beckenbodenerkrankungen zur Verfügung. Diese werden durch die Zusammenarbeit von Spezialisten aus allen o.g. zehn Fachbereichen gewährleistet und gliedern sich in:

- Befunderhebung
- gezielte Diagnose
- Beckenbodentraining/ Physiotherapie
- Medikamentöse Behandlung
- Operative Therapien
- Psychosomatische Betreuung
- Ernährungsberatung und -betreuung

Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie

St. Josefskrankenhaus Freiburg

Sautierstraße 1, 79104 Freiburg

Bruder-Klaus-Krankenhaus Waldkirch

Heitereweg 10, 79183 Waldkirch

Telefon +49 (0)761 2711 - 2501

Telefax +49 (0)761 2711 - 2502

allgemeinchirurgie@rkk-klinikum.de

Klinik für Frauenheilkunde und Gynäkologische Onkologie

St. Josefskrankenhaus Freiburg

Sautierstraße 1, 79104 Freiburg

Telefon +49 (0)761 2711-2600

Telefax +49 (0)761 2711-2602

frauenheilkunde@rkk-klinikum.de

Fachbereich Neurologie, Geriatrie und Psychiatrie

St. Josefskrankenhaus Freiburg

Sautierstraße 1, 79104 Freiburg

Telefon +49 (0)761 2711-5229

Telefax +49 (0)761 2711-2711

neurologie@rkk-klinikum.de

Klinik für Urologie und Urologische Onkologie

Loretto-Krankenhaus Freiburg

Mercystraße 6 – 14, 79104 Freiburg

Telefon +49 (0)761 7084-129

Telefax +49 (0)761 7084-124

urologie@rkk-klinikum.de