

## Für Patienten und Angehörige: Informationen zur Kontinenzförderung

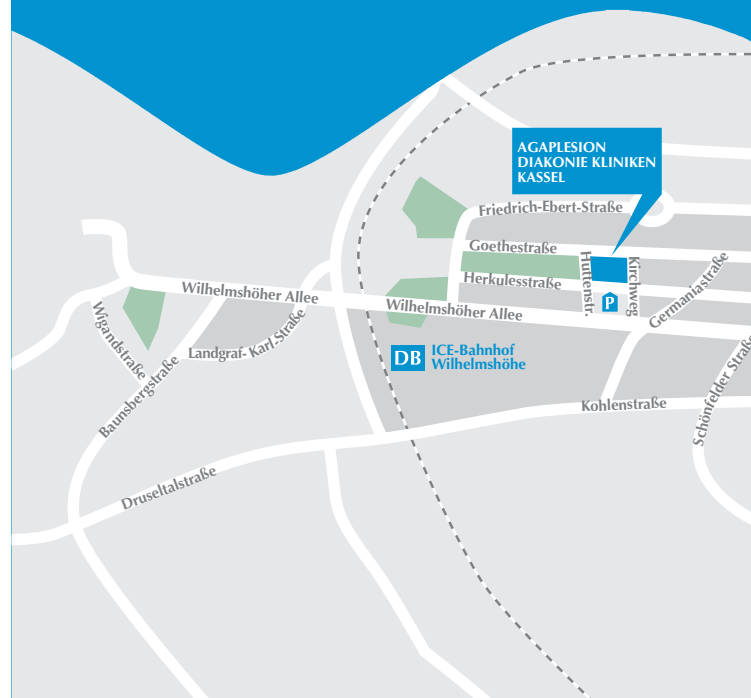
- Sprechen Sie nicht mit Dritten über die Inkontinenz Ihres Angehörigen – schon gar nicht, wenn dieser anwesend ist.
- Verwahren Sie die benötigten Inkontinenzhilfsmittel diskret und für Dritte nicht sichtbar.
- Lassen Sie niemals verunreinigte Kleidung oder gebrauchte Vorlagen u. ä. offen liegen.
- Führen Sie die Inkontinenzversorgung zügig und zeitnah, aber nicht hektisch durch.
- Versorgen Sie Ihren Angehörigen immer bei Sichtschutz/verschlossener Tür, lassen Sie niemals Dritte daran teilhaben. Lassen Sie den Betroffenen auch nie bei offener Tür auf der Toilette sitzen, wenn er so für andere sichtbar ist.

## Informationen und Selbsthilfegruppen

Viele Inkontinente entwickeln auf der Suche nach praktischen Alltagshilfen einen erfinderischen Ehrgeiz. Doch besser als das Rad ständig neu erfinden zu wollen, ist der Erfahrungsaustausch mit Leidensgenossen. Die „Deutsche Kontinenz Gesellschaft e.V.“ gibt zum Beispiel das Magazin „Hilfe bei Inkontinenz“ heraus. Hier findet der Betroffene aktuelle Informationen zum Thema sowie eine bundesweite Liste mit Selbsthilfegruppen und Ärzten, die sich auf Inkontinenz spezialisiert haben

## Anfahrt

AGAPLESION DIAKONIE KLINIKEN KASSEL  
T (0561) 1002 - 0, F (0561) 1002 - 1010  
Herkulesstr. 34, 34119 Kassel  
info@diako-kassel.de, www.diako-kassel.de



AGAPLESION  
DIAKONIE KLINIKEN KASSEL

## INFORMATIONEN ZUR KONTINENZ-FÖRDERUNG

Vermeidung von bzw. Umgang mit Inkontinenz

[www.diako-kassel.de](http://www.diako-kassel.de)



## Für Patienten und Angehörige: Informationen zur Kontinenzförderung

(= Vermögen, Körperausscheidungen zurückzuhalten)

In vielen Situationen kann das Wiedererlangen der Kontinenz durch die Wahrung der Intimsphäre des Betroffenen sowie durch eine **patientengerechte Umfeldgestaltung** gefördert werden.

Dazu zählt beispielsweise,

- dass der Betroffene nicht im Zimmer vor den Mitbewohnern/Mitpatienten den Nachtstuhl benutzen muss,
- dass nicht zur Pflegerleichterung auf die Unterwäsche verzichtet wird,
- dass der Betroffene seinen Toilettengang ungehindert und möglichst selbständig durchführen kann (dazu zählt auch die Beseitigung möglicher Hindernisse auf dem Weg zur Toilette),
- dass dem Betroffenen Orientierungshilfen beim Toilettengang gegeben werden (z.B. deutliche Kennzeichnung des WC),
- dass Hilfsmittel nur gezielt und nach vorheriger sorgfältiger Abwägung der Vor- und Nachteile eingesetzt werden,
- dass sich alle Materialien auf der Toilette befinden und die gebrauchten Vorlagen und Hilfsmittel dort auch entsorgt werden können.

### Um die Selbständigkeit des Betroffenen zu fördern, sollte

- seine Kleidung schnell und ohne Schwierigkeiten zu öffnen und zu schließen sein (z.B. Gummizug oder Klettverschluss anbringen).
- Die Kleidung sollte bequem und pflegeleicht sein. Zu bevorzugen sind bedruckte, farbige (etwas dunklere) Stoffe.
- Unpraktische Kleidungsgehnheiten sollten umgestellt werden (z.B. die Angewohnheit, mehrere Unterhosen zu tragen).

### Umgang bei Inkontinenz

- Ermöglichen Sie Ihrem Angehörigen immer die regelmäßige Benutzung der Toilette; notieren Sie sich die Zeiten, wann ein Toilettengang „Erfolg“ gebracht hat. Wenn Sie feststellen, dass ein Einnässen immer zur gleichen Zeit passiert, führen Sie kurz vorher einen Toilettengang durch. Halten Sie diese Zeiten fest ein. Falls der Gang zur Toilette nicht mehr möglich ist, stellen Sie einen Toilettenstuhl in unmittelbarer Nähe bereit und geben Sie Ihrem Angehörigen die Möglichkeit, sich bei Bedarf zu melden, wenn er Hilfe braucht (Klingel o. ä.). Das kann den Gebrauch von Inkontinenzhilfsmitteln stark einschränken, vielleicht sogar ganz überflüssig machen und Ihnen und Ihrem Angehörigen eine Menge Zeit, Geld und Unbehagen ersparen.
- Sorgen Sie für eine angepasste und ausreichende Versorgung mit Inkontinenzhilfsmitteln. Dafür lassen Sie und Ihr Angehöriger sich am besten individuell von einem Sanitätshaus beraten. (z.B. Diakosanitätshaus, Haupthaus, Eingang Goethestr.)
- Achten Sie zum Schutz der Haut auf eine besonders regelmäßige und gründliche Intimpflege. Verwenden Sie hautschonende und gut riechende Seifen und Cremes. Bei einer Pilzinfektion sollten Sie keine Seife verwenden.

- Viele Menschen entwickeln eine allergische Reaktion auf die verwendeten Vorlagen und Windelhosen, eine so genannte Windeldermatitis. Reagieren Sie schnell, wechseln Sie die Inkontinenzmittel und verwenden Sie speziell verordnete Salben für die angegriffene Haut.
- Starker Uringeruch in Kleidung und Wohnung ist sehr unangenehm und oft auch sehr hartnäckig. Spülen Sie gewaschene Kleidung nachträglich in Essigwasser, das nimmt den Geruch. Um die Raumluft zu verbessern benutzen Sie z.B. Dufttücher, Minzöle, Blumen, Duftöle oder Duftpotpourris und ähnlichen Utensilien, die den Geruch überdecken. Sie sorgen für angenehmen Wohlgeruch.
- Entfernen Sie Abfall sofort nach draußen. Reinigen Sie die benutzten Utensilien und lüften Sie den Raum gründlich.
- Nutzen Sie Hilfsmittel wie Einmalhandschuhe und -schürzen, die Sie davor schützen, mit den Ausscheidungen in Kontakt zu kommen.

### Verhalten Sie sich immer respektvoll gegenüber Ihrem pflegebedürftigen Angehörigen!

- Obwohl sich Familienmitglieder oft sehr nahe sind, ist die Versorgung bei Inkontinenz oft ein schwerer Eingriff in die Intimsphäre des anderen. Hier ist es wichtig trotz der extremen körperlichen Nähe – Begleitung zur Toilette, Wechseln von Vorlagen, evt. Wäschewechsel, Säubern und Intimpflege – eine gewisse Distanz zu wahren.
- Sprechen Sie nicht in kindlichem oder derbem Ton mit Ihrem Angehörigen – Ausdrücke wie „Pipi“ oder „Pissen“ sind nicht angebracht.