Zeitschrift: Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber: Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band: 74 (2003)
Heft: 2

Artikel: Die alternde Blase : Inkontinenz - ein unfreiwilliges soziales und hygienisches Problem
Autor: Gruber, Simone
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-804672

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

DIE ALTERNDE BLASE

Inkontinenz – ein unfreiwilliges soziales und hygienisches Problem

Harninkontinenz bedeutet, dass die Betroffenen zeitweise oder gar keine Kontrolle über das Wasserlassen haben. Wie andere Organe auch, erfährt der Harntrakt altersbedingte Veränderungen. Die Blase schrumpft, der Harnfluss wird schwächer, der Hauptteil des Harnes wird während der Nacht ausgeschieden. Bei Harninkontinenz des älteren Menschen liegen aber meistens verschiedene Faktoren vor, einige davon sind behandelbar.

Unfreiwilliges Urinieren stellt auf jeden Fall ein soziales und hygienisches Problem dar. Die Betroffenen können Ort und Zeitpunkt für den Toilettengang nicht mehr oder nur eingeschränkt bestimmen. Dadurch entstehen Verlegenheit und Scham. Die Folgen sind Isolation und Depression – und damit eine zusätzliche Beeinträchtigung der Lebensqualität. Die Inkontinenz ist bei älteren Menschen aber auch ein Risikofaktor für die Pflegeheimeinweisung. Bei über 65jährigen Menschen wird die Inkontinenzrate auf etwa 30% geschätzt. Mit zunehmender Pflegebedürftigkeit und Bettlägerigkeit steigt die Inkontinenzrate jedoch auf über 80% aller PflegeheimbewohnnerInnen.
Bei über 3/4 dieser Fälle sind über vier relevante Nebenerkrankungen für die Inkontinenz verantwortlich. Vor allem die Kombination Herzinsuffizienz, Schlafstörung, Gelenkrheumatismus und Diabetes sind dominierend. Die Inkontinenz ist in der Regel kein eigenständiges Krankheitsbild, sondern ein Symptom unterschiedlicher Erkrankungen.

Einige Ursachen sind therapierbar

Die Empfehlung lautet: bei einem jüngeren Menschen mit Harninkontinenz sollte zuerst auf die Blase geschaut werden, bei einem älteren Menschen zuletzt. Denn vielfach sind es Begleitkrankheiten und vor allem die eingeschränkte Mobilität, die für eine Inkontinenz verantwortlich sind. Hat ein älterer Mensch Mühe, schnell genug die Toilette zu erreichen, wird aus dem Harndrang eine Inkontinenz. Eine Reihe von Situationen können Verantwortlich sein: Infektion, Delirium, Diabetes, Bettlägerigkeit, Bewegungseinschränkungen, auch verschiedene Medikamente, z.B. Sedativa und Narkotika, Diuretika, Antidepressiva, Neuroleptika, Antiparkinsonmittel oder Muskelrelaxanzien. Solche Medikamente sollten identifiziert und ersetzt oder wenn möglich abgesetzt werden.

Auch bauliche Barrieren können eine Inkontinenz begünstigen. In jedem Fall sollten deshalb die Ursachen einer Inkontinenz sorgfältig durch einen Arzt abgeklärt werden.
Mit entsprechenden Massnahmen oder einer Therapie, kann es nämlich gelingen, die Patienten «trocken» zu bekommen.

Die Kontinenz ist nicht nur von einer normalen Funktion des unteren Harntraktes abhängig, sondern auch von einer ausreichenden Hirnleistung, Gehfähigkeit und manuellen Geschicklichkeit. So kann durch eine Demenz der Toilettengang vergessen gehen, ein Hüftleiden kann den Patienten behindern, die Toilette rechtzeitig zu erreichen, oder eine Arthrose in den Fingern kann es für den Patienten unmöglich machen, die Hosen rechtzeitig zu öffnen.

Auch bei beschwerdefreien Menschen lassen sich Alterungsprozesse im Harntrakt nachweisen, die natürlich zu einer Inkontinenz beitragen können. Die Fähigkeit den Harnlass hinauszuzögern und die Blasenkapazität verringern sich. Zudem nimmt die Restharnmenge zu. Zusammen mit einer oder mehreren oben erwähnten Nebenerkrankungen wird eine Inkontinenz wahrscheinlich.

Wichtig ist in jedem Fall darauf zu achten, dass die ältere Person aus Angst vor Inkontinenz nicht die Flüssigkeitsaufnahme verringert. Denn Flüssigkeitsmangel zieht wieder gefährliche Nebenwirkungen auf sich.

Simone Gruber