

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 63 (1985)
Heft: 6

Werbung

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: 14.01.2026

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

Mein Weg aus dem Abseits

Ich schreibe diesen Erlebnisbericht für alle, die keine Kontrolle mehr über ihre Blase oder Darm haben – für inkontinente Menschen. Ich bin selbst inkontinent. Und alle, die dieses Leiden mit mir teilen, wissen, was es bedeutet. Ich habe den Mut am Leben verloren, wage mich kaum mehr unter Menschen, ganz zu schweigen von den Folgeerscheinungen und Krankheiten der Haut im Intimbereich. Mein Leben ist kein normales Leben mehr, ich gehe nicht mehr unter Menschen. Ja, im wahrsten Sinne des Wortes, ich stehe im Abseits. Dieses ist wahr gewesen bis vor zwei Jahren.

Seitdem hat sich mein Leben grundlegend geändert. Ich bin aus diesem Abseits zurückgekehrt zu einem fast normalen Leben eines 25jährigen. Ich habe ATTENDS Einmal-Slips kennengelernt. Diese werden wie Unterwäsche getragen, sind für andere nicht sichtbar, halten den Urin fern von der Haut, und meine Hautkrankheiten sind total zurückgegangen. Ich lebe wieder unter Menschen. Hier mein Bericht im einzelnen:

Geboren wurde ich mit einer Spaltbildung in der Wirbelsäule des Kreuzbeines (Spina Bifida), die nach der Geburt operativ verschlossen wurde. Durch spezielles Training und geeignete physikalische und ergotherapeutische Maßnahmen kann ich heute zwar meinen Darm kontrollieren, und die nach der Operation aufgetretene Gefühls- und Bewegungslosigkeit ab Höhe der Operationsnarbe konnte stetig abgeschwächt werden. Bis heute allerdings ist meine Unterschenkelmuskulatur nicht funktionsfähig, und ich kann meine Blase nicht direkt kontrollieren. Ich bin also nicht nur weitgehend rollstuhlabhängig, sondern auch inkontinent.

Letzteres hatte für meine physische und psychische Verfassung schwerste Folgen. Durch die Anwendung von Windeln oder gewöhnlichen Einlagen, die ja niemals vollkommen hygienisch waren und den Urin nur aufnahmen, wenn sie nicht zusammengedrückt wurden, war mein ganzer Unterkörper ständig wund und entzündet.

Diese permanente Entzündung des Körpers zog weitere Folgen nach sich. Ich verlor das Gefühl in den Hautpartien, die ständig dem Urin ausgesetzt waren und bekam mit 16 Jahren eine schwere Funktionsstörung der Nieren, die von ständigen Koliken begleitet war.

Die psychischen Folgen waren bei mir, wie wohl bei den meisten Behinderten, das größere Problem. Da war die vollständige Abhängigkeit von Hilfspersonen; denn das Waschen der Windeln war für mich unmöglich, das Anlegen sehr schwierig. Ich konnte niemals damit rechnen, selbständig zu werden. Dies hätte nach dem Ableben meiner Eltern wohl die Einweisung in ein Pflegeheim zur Folge gehabt. Diese Tatsache war mir zwar jederzeit bewußt, ich versuchte sie jedoch so gut es ging zu verdrängen.

Viel schlimmer schlügen sich mir die anderen

Unzulänglichkeiten und Probleme aufs Gemüt. Die Einlagen mußten, um für eine gewisse Zeit „Sicherheit“ vor dem Durchnässen zu geben, unverhältnismäßig dick angelegt werden, was natürlich nach außen hin auffiel. Die Windelhosen aus Gummi oder Plastik, die ich noch zur Sicherheit über die Windeln anzog, machten bei jeder Bewegung laute Geräusche. Trotz aller Vorsicht passierte es jedoch fast täglich, daß die Windeln durchnäßten, was eine hohe Geruchsentwicklung bedeutete, die ich Dritten kaum erklären konnte. Ich konnte die mir peinlichen Fragen der Klassenkameraden oder anderer Kinder und Jugendlicher nur mit sehr „wackeligen“ Ausreden abbiegen oder beantworten.

Es war mir unmöglich, längere Zeit von zuhause fernzubleiben. Durch das ständige Gefühl, nicht „sauber“ zu sein, wagte ich nicht, mich mit einem Mädchen einzulassen. Ich hatte Angst vor ihrer Reaktion, wenn sie erfahren würde, an welcher Krankheit ich leide und was das für eine Partnerschaft bedeutet. Aus diesem Gefühl heraus entstand eine grundlegende Angst vor Partnerschaft und Sexualität. Aufgrund meiner Nierenfunktionsstörung wußte ich, daß ich nur noch wenige Lebensjahre vor mir hatte.

Dieses veranlaßte mich, mir Anerkennung andererseits zu verschaffen, z.B. trank ich übermäßig viel, wodurch sich mein psychischer Zustand natürlich weiter rapide verschlechterte. Aber ich hatte ja kaum noch etwas zu verlieren. Vor nunmehr drei Jahren begann – von mir zunächst eher abgelehnt – die Wende.

Die ökumenische Zentralstation in Schwalbach trat an mich heran und bat mich, bei einem 4wöchigen Gebrauchstest eines neuen Produktes für Harn- und Stuhlinkontinenz mitzuwirken. Ich wehrte mich zunächst dagegen. Denn ich hatte bisher mit anderen Produkten wie Windeln und Krankenunterlagen noch schlechtere Erfahrungen als mit den von mir verwendeten Produkten gemacht. Meine anfängliche Skepsis schlug im Laufe des Tests jedoch in Begeisterung um, und ich empfehle daher allen, die diesen Bericht lesen, ähnlich wie ich vorgehen, und sich selbst von den Möglichkeiten, die dieses neue Produkt allen Inkontinenten bietet, zu überzeugen.

Bei dem von mir getesteten Produkt handelt es sich um einen saugstarken Einmal-Slip, der mittlerweile unter dem Markennamen ATTENDS in Apotheken, Drogerien und Sanitätshäusern erhältlich ist. Ich begann den Versuch mit ATTENDS an einem Wochenende, um mit dem Produkt vertraut zu werden. Ich schrieb mir auf, wie lange ich einen ATTENDS-Slip tragen konnte und stellte einen Plan auf, wann ich die ATTENDS wechseln mußte. Dieses erleichterte mir die Umstellung von meinem alten Mittel auf ATTENDS.

Bereits an diesem ersten Wochenende stellte ich fest, daß die neuen Einmal-Slips wesentlich mehr Urin faßten und damit erheblich länger „durchhielten“ als

