PATIENTENVORTRAG

KRANKENHAUS NORDWEST

Wenn die Blase keine Ruhe gibt

Blasenfunktionsstörungen verstehen – Möglichkeiten entdecken

Prof. Dr. med. Inga Peters
Dr. med. Marc Masseli

KRANKENHAUS NORDWEST

Unser Weg durch das Thema

01 Einteilung und Ursachen

02 Was kann ich selbst tun?

03 Dranginkontinenz: konservative und operative Therapie

04 Belastungsinkontinenz: konservative und operative Therapie

05 Unsere Inkontinenzsprechstunde

06 Das Wichtigste zum Mitnehmen

ZIELSETZUNG

Ihre Fragen stehen im Mittelpunkt

KRANKENHAUS NORDWEST

01 Welche Form der Inkontinenz habe ich?

02 Was kann ich selbst tun?

03 Welche Therapien bietet die urologische Praxis an?

04 Welche Operationen bietet das Krankenhaus an?

Harninkontinenz: Wen betrifft es?

KRANKENHAUS NORDWEST

10 Millionen

Menschen sind in Deutschland schätzungsweise betroffen.

Dunkelziffer

Viele Betroffene sprechen aus Scham nicht darüber und suchen keine medizinische Hilfe.

15–30 %

der Frauen sind je nach Definition betroffen.
Männer deutlich seltener.

Alter

Die Häufigkeit nimmt mit steigendem Lebensalter zu.

Risikofaktoren

Entbindungen, Übergewicht, Operationen, neurologische Erkrankungen, …

BEGLEITERSCHEINUNGEN

Inkontinenz betrifft mehr als die Blase

KRANKENHAUS NORDWEST

Bewegung & Mobilität

Körperliche Einschränkungen
Sport und Schwimmen
Reisen und Einkaufen

Alltag & Beziehungen

Schlaf
Sozialer Rückzug und Sexualität
Finanzielle Belastung

Die Beschwerden können viele Bereiche des Lebens beeinflussen.

EINTEILUNG

Zwei häufige Formen

Belastungsinkontinenz

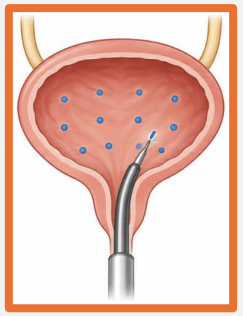
Urinverlust bei
Husten oder Niesen
Aufstehen und Treppensteigen
Sport

Dranginkontinenz

Plötzlicher, kaum unterdrückbarer Harndrang

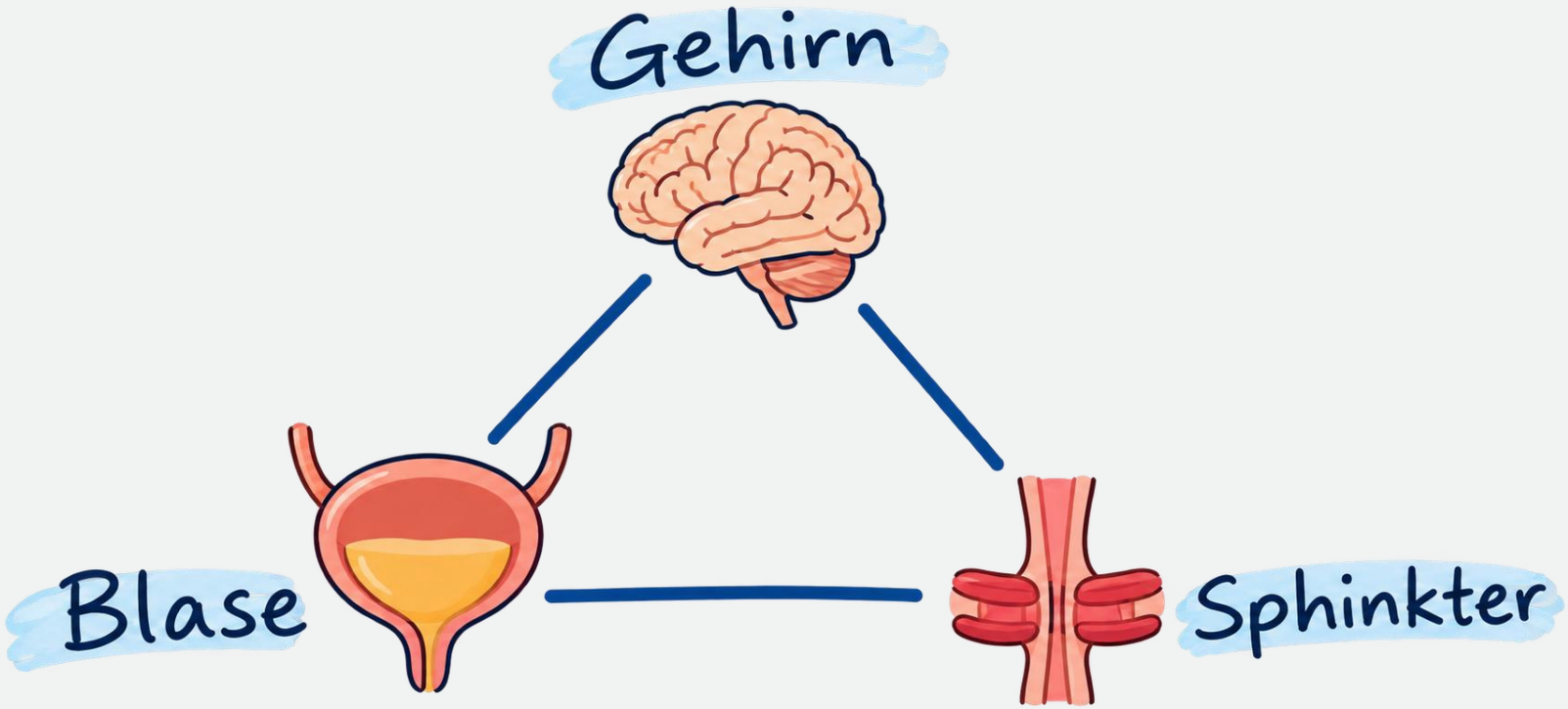
Häufiges Wasserlassen kleiner Urinmengen

Nächtlicher Harndrang



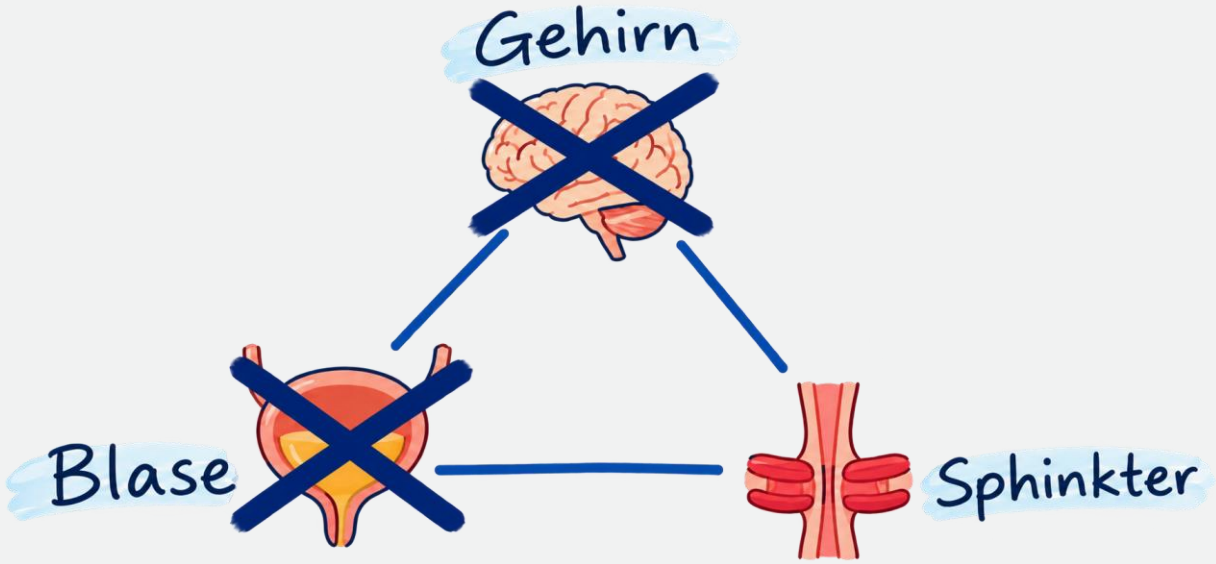
Das Zusammenspiel von Blase und Nerven

KRANKENHAUS NORDWEST



URSACHEN

Belastungsinkontinenz



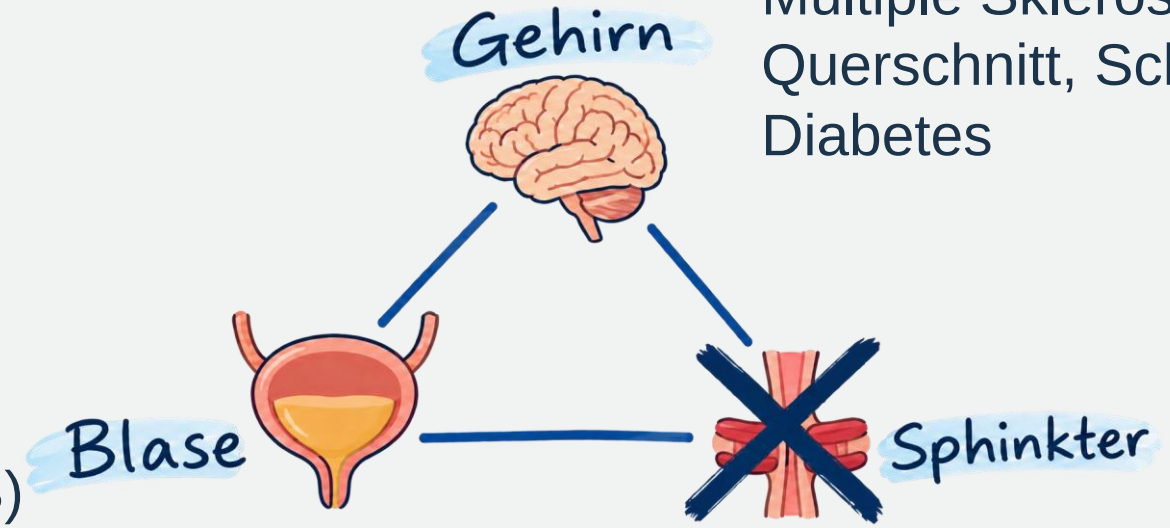
♀ Entbindung, gynäkologische OP
♂ Prostataoperationen

URSACHEN

Dranginkontinenz

Nerven & Stoffwechsel

Demenz, Parkinson
Multiple Sklerose
Querschnitt, Schlaganfall
Diabetes



Blase & Becken

Überaktive Blase (OAB)
Senkung, Östrogenmangel
Prostatavergrößerung (BPH)
Blasentumor
Harnwegsinfektion
Bestrahlung

DRANGINKONTINENZ

KRANKENHAUS NORDWEST

Was Sie selbst tun können

Gewicht & Verstopfung

Beides kann Beschwerden verstärken.

Blasentraining

Toilettengänge schrittweise reduzieren.

Grunderkrankungen

Zum Beispiel Diabetes gut einstellen lassen.

Kaffee & Rauchen

Prüfen, ob weniger Koffein bzw. Rauchstopp hilft.

Beckenboden stärken

Am besten mit Anleitung durch geschulte Physiotherapie.

DiGA

z. B. Kranus Mictera, INKA - App

Physiotherapie und DiGA: niedergelassenen Urologen ansprechen

TRAINING PER APP

Digitale Unterstützung im Alltag

KRANKENHAUS NORDWEST

Trink- und Toilettenverhalten

Blasentraining mit Ablenkungsübungen

Beckenbodenübungen

Dranginkontinenz

Therapie

KRANKENHAUS NORDWEST

01

Lebensstil

Anpassungen im Alltag
und Training

02

Medikamente

Anticholinergika
Emselex, Spasmex, Vesikur, Detrusitol, Mictonorm

Beta3-Agonisten
Betmiga, Obgemsa

Topisches Östrogen
Ovestin Ovula, OeKolp Vaginalcreme

03

Weitere Auswahl

PTNS*
Botox
Sakrale Neuromodulation

* Posteriore tibiale Nervenstimulation

BELASTUNGSINKONTINENZ

Was Männer selbst tun können

KRANKENHAUS NORDWEST

Training & Alltag

Gewicht reduzieren
Beckenbodentraining
Physiotherapie: www.ag-ggup.de

Aktuell keine entsprechende DiGA auf dem Markt

Hilfsmittel

Urinalkondom

Penisklemme

Belastungsinkontinenz

Therapie

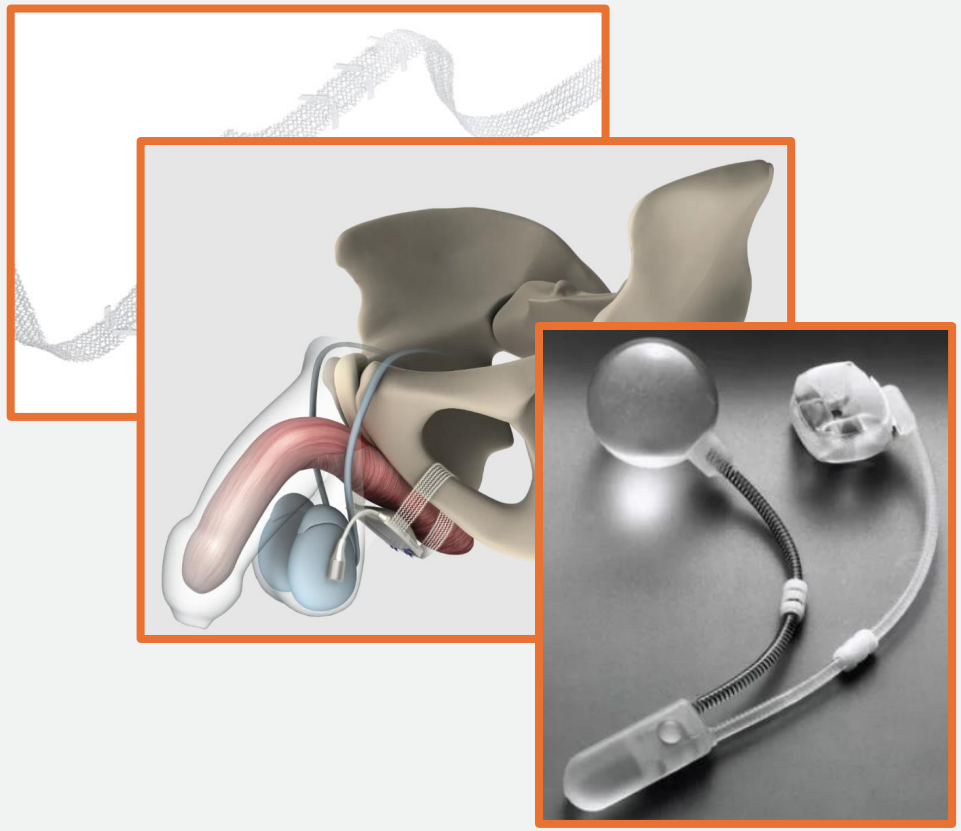
01 **Beckenbodentraining**

02 **E-Stimulation und Biofeedback**

03 **Medikamente**

Duloxetin

04 **Operation**



KRANKENHAUS NORDWEST

Was erwartet mich in der Inkontinenzsprechstunde?

1	**Gespräch**	Beschwerden, Verlauf, Medikamente, bisherige Therapie
2	**Blasentagebuch**	Blasenvolumen, Frequenz, Urinverlust
3	**Ultraschall**	Blick auf Blase und Restharn
4	**Weitere Tests**	Je nach Bedarf: Blasenspiegelung, Harnflussmessung oder Urodynamik

KRANKENHAUS NORDWEST

Das Blasentagebuch

Uhrzeit	Tag 1				Tag 2				Tag 3			
	Trinken (ml)	Urin (ml)	Harndrang (+ bis +++)	Vorlagengewicht (Urinverlust)	Trinken (ml)	Urin (ml)	Harndrang (+ bis +++)	Vorlagengewicht (Urinverlust)	Trinken (ml)	Urin (ml)	Harndrang (+ bis +++)	Vorlagengewicht (Urinverlust)
06 - 07 °°												
07 - 08 °°												
08 - 09 °°												
09 - 10 °°												
10 - 11 °°												
11 - 12 °°												
12 - 13 °°												
13 - 14 °°												
14 - 15 °°												
15 - 16 °°												
16 - 17 °°												
17 - 18 °°												
18 - 19 °°												
19 - 20 °°												
20 - 21 °°												
21 - 22 °°												
22 - 24 °°												
24 - 05 °°												
05 - 06 °°												
Gesamt												

Tipp: Führen Sie vor dem Termin ein Blasentagebuch

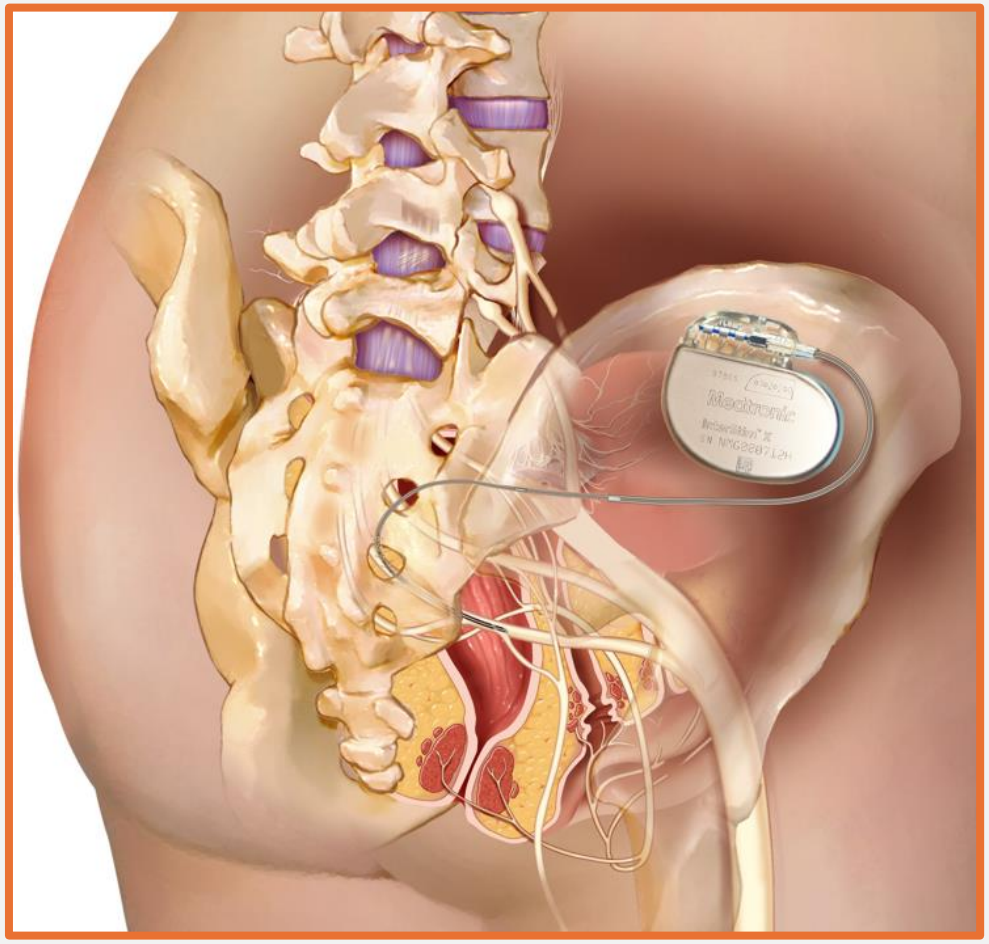
KRANKENHAUS NORDWEST

Was erwartet mich in der Inkontinenzsprechstunde?

1. **Gespräch** — Beschwerden, Verlauf, Medikamente, bisherige Therapie
2. **Blasentagebuch** — Blasenvolumen, Frequenz, Urinverlust
3. **Ultraschall** — Blick auf Blase und Restharnbildung
4. **Weitere Tests** — Blasenspiegelung, ggf. Harnflussmessung oder Urodynamik

„BLASENSCHRITTMACHER“

Sakrale Neuromodulation



Wie funktioniert es?

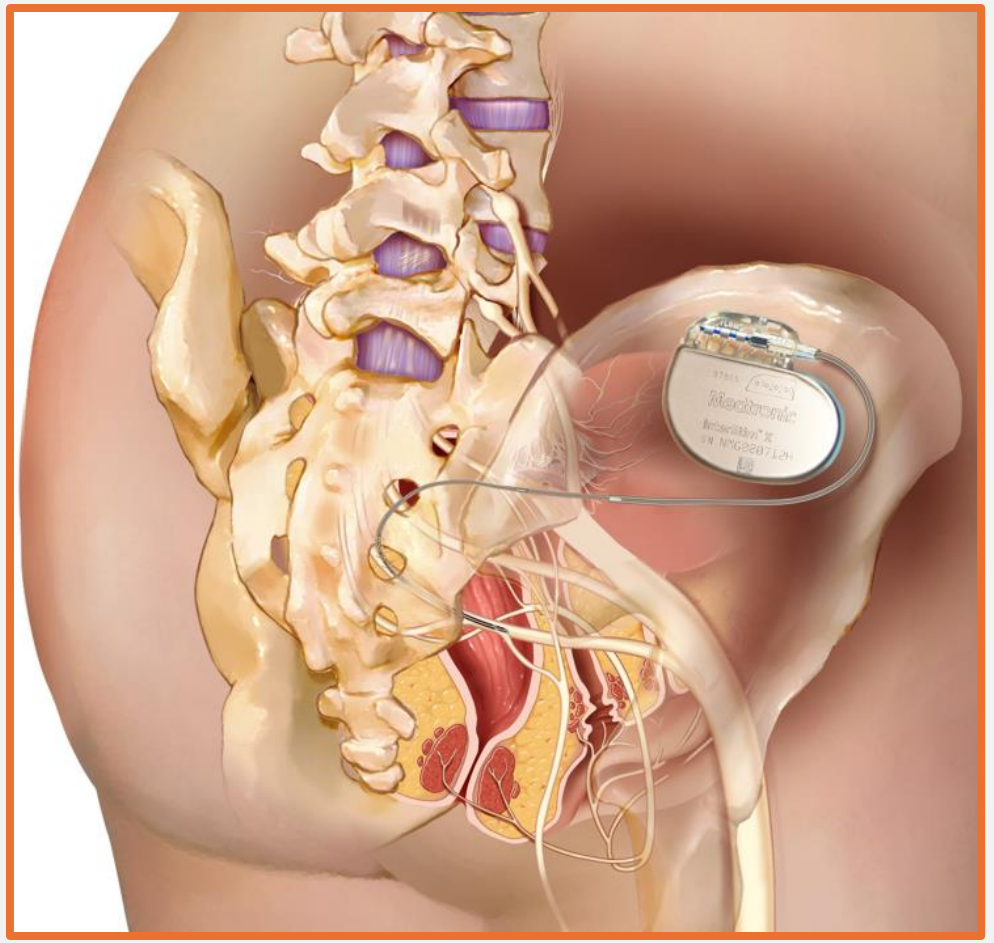
Ein kleines Implantat gibt elektrische Impulse an Nerven im Beckenbereich ab.

Wie läuft es ab?

In der Regel wird zunächst getestet, ob die Stimulation hilft. Details bespricht das Behandlungsteam.

„BLASENSCHRITTMACHER“

Sakrale Neuromodulation



Botox und Blasenschrittmacher im Vergleich

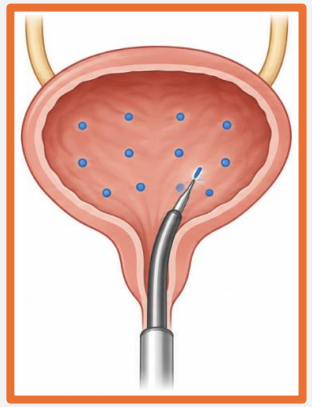
KRANKENHAUS NORDWEST

Botox

In Lokalanästhesie möglich

Wirkung hält (nur) 6–12 Monate

Mögliche Komplikationen:
Harnverhalt, Harnwegsinfektion



Sakrale Neuromodulation

2 Narkosen notwendig

Batteriewechsel alle 10 Jahre

Kann auch Restharn, Stuhlinkontinenz und Beckenschmerzen verbessern

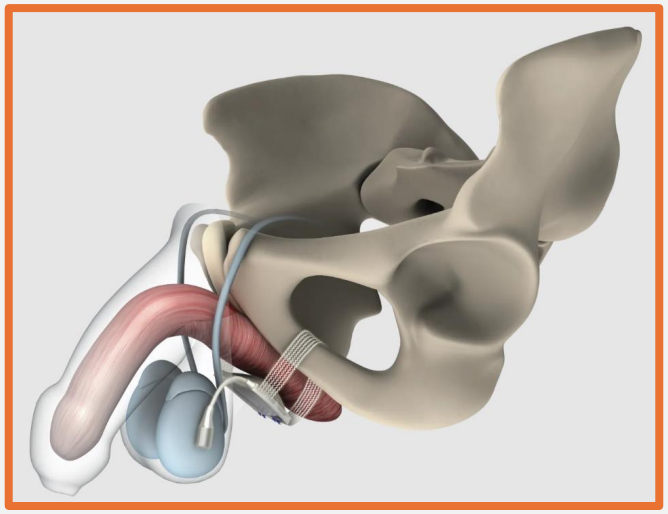
BELASTUNGSINKONTINENZ

Operationen nach Prostatektomie

Leichte Inkontinenz

AdVance XP

Mittlere Inkontinenz



ATOMS®

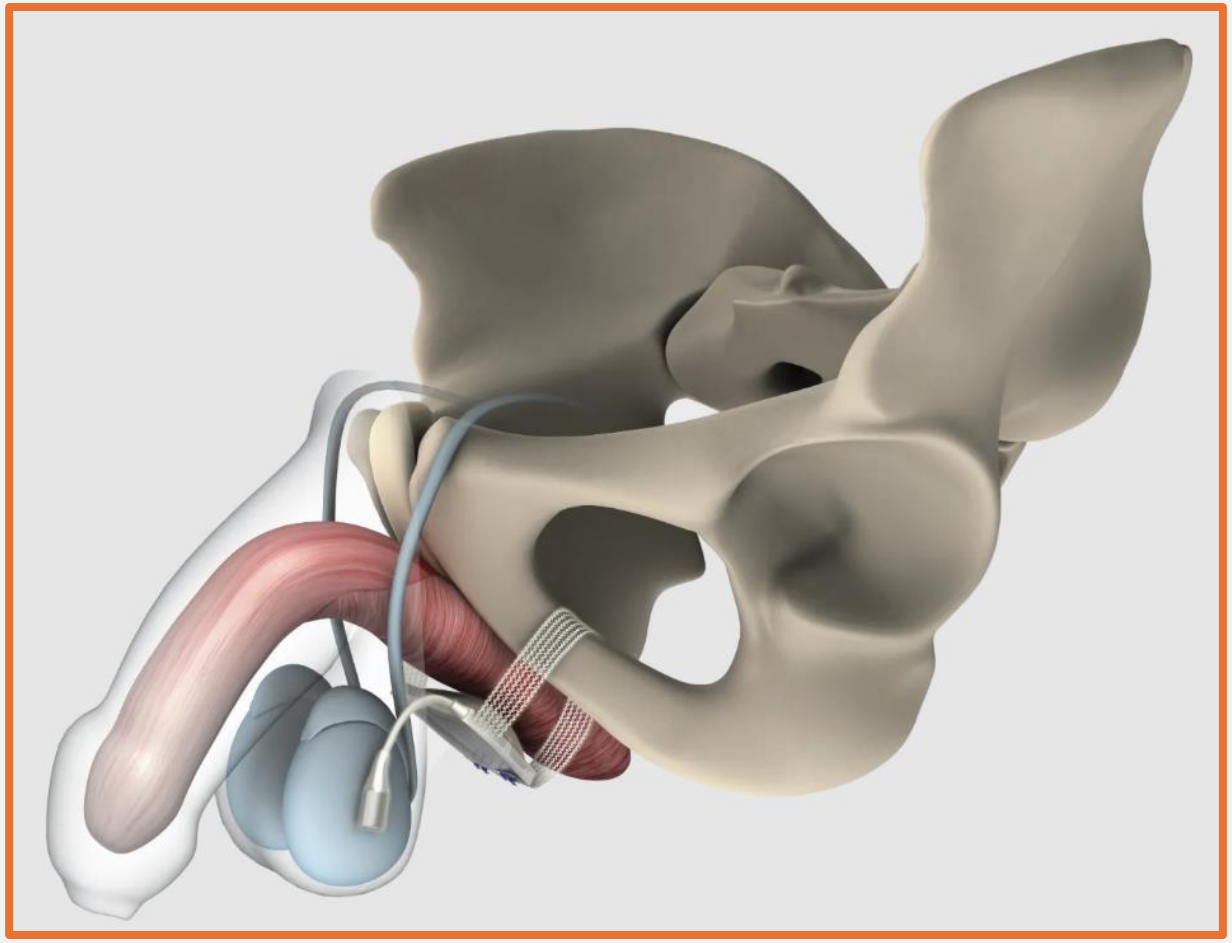
Schwere Inkontinenz

AMS 800®

ADJUSTIERBARE SCHLINGE

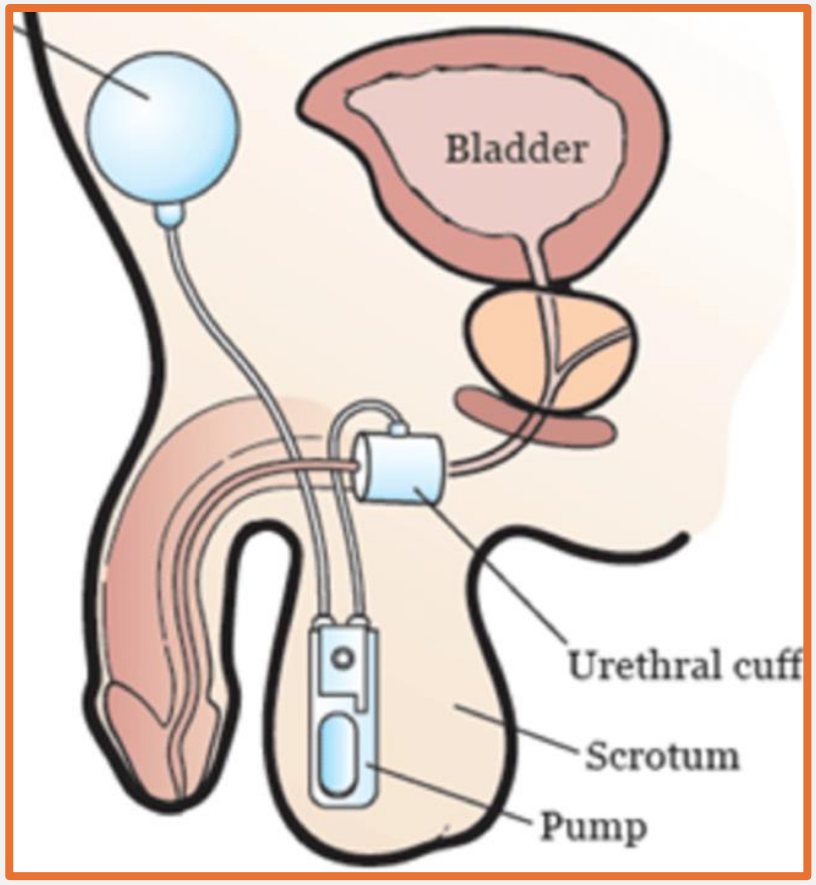
ATOMS

KRANKENHAUS NORDWEST



KÜNSTLICHER SCHLIESSMUSKEL

AMS 800



Das Wichtigste zum Mitnehmen

Sie sind nicht allein. Inkontinenz ist häufig – und kein Grund sich zurückzuziehen.

Es gibt Hilfe. Training, Anpassungen im Alltag, Medikamente und Eingriffe können infrage kommen.

Die Ursache zählt. Drang- und Belastungsinkontinenz werden unterschiedlich behandelt.

Fragen Sie nach. Eine urologische Abklärung ist der erste Schritt zur passenden Therapie.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit – wir beantworten gerne Ihre Fragen.

KRANKENHAUS NORDWEST

Vielen Dank

Prof. Dr. med. Inga Peters
Dr. med. Marc Masseli

Inkontinenzsprechstunde: dienstags alle 2 Wochen