

NEWS



ENTTABUISIERUNG
Da die Sauberkeitserziehung einen hohen Stellenwert in unserer Gesellschaft hat, führt Inkontinenz häufig zur sozialen Isolation. FOTO: SHUTTERSTOCK

Inkontinenz – bei der Behandlung gibt es zahlreiche Möglichkeiten

Inkontinenz sei nach wie vor mit einem Tabu belegt und für die betroffenen Patientinnen und Patienten mit grossen psychischen und sozialen Belastungen verbunden, sagt die Urologin Isabel Reilly. Wer sich beim Spezialisten Rat hole, habe schon einen entscheidenden Schritt getan.

Wie, Frau Reilly, erklären Sie einem Laien den Begriff Inkontinenz?

Vorerst: Inkontinenz ist eigentlich ein schrecklicher Begriff und leider nach wie vor ein grosses Tabuthema. Als Urologin beschränke ich mich im Folgenden auf die Harninkontinenz. Darunter versteht man einen unfreiwilligen Abgang von Urin. Das passiert immer wieder am falschen Ort und zur falschen Zeit. Also nicht auf dem WC wie üblich, sondern beispielsweise im Tram oder im Restaurant. Da der Urinabgang von den Patientinnen und Patienten nicht kontrolliert werden kann, leiden sie unter einer grossen psychischen und sozialen Belastung. In bestimmten Berufen, etwa bei Bus- oder Taxifahrern, kann eine Inkontinenz im Extremfall bis zur Berufsaufgabe und sozialer Isolation führen. Bei älteren Leuten stellen wir fest, dass sie sich manchmal kaum mehr aus dem Haus trauen. Viele Patientinnen und Patienten berichten auch von einem gestörten Sexualleben und von Bezie-



Dr. med. Isabel Reilly
Fachärztin FMH für Urologie, Spezialgebiet operative Urologie und Leitende Ärztin Urologie am Spital Zollikoberg

hungsproblemen mit dem Partner oder der Partnerin.

Ist denn der Hausarzt in jedem Fall die erste Ansprechperson?

Grundsätzlich ja. Gleichzeitig wage ich zu behaupten, dass das Thema beim Hausarzt ebenfalls noch Tabucharakter hat. Viele Patienten trauen sich nicht, von ihren Problemen zu berichten, und auch für den Hausarzt ist es oft nicht einfach, das Thema von sich aus anzusprechen. Verstehen Sie mich jetzt richtig. Das ist beileibe keine Schuldzuweisung, im Gegenteil. Die Erfahrungen zeigen aber, dass es für Betroffene oft einfacher ist, das Problem beim Spezialisten anzusprechen, der für sie meist weniger vertraut ist. Das mag paradox klingen, ist aber oft die Realität. Wenn es dann gelingt, das Tabu zu brechen, ist ein erster und entscheidender Schritt getan.

Welche Ursachen liegen einer Inkontinenz zugrunde?

Dazu muss man erst einmal festhal-

ten, dass eine Inkontinenz sowohl bei Kindern wie auch bei Frauen und Männern auftreten kann, also in jedem Lebensalter. Bei Kindern liegt die Ursache meist in einem angeborenen anatomischen Problem. Bei Frauen kommt es oft zu einer Beckenbodenschwäche nach mehreren Geburten. Beim Mann kann eine Inkontinenz durch ein Prostataleiden bedingt sein. Dann gibt es die Gruppe neurologischer Erkrankungen wie Multiple Sklerose, Parkinson und Paraplegien. Eine wichtige Rolle spielen auch psychische Erkrankungen und Demenzerkrankungen, die in der Regel mit kognitiven Einschränkungen der geistigen Fähigkeiten verbunden sind. Eine Inkontinenz kann schliesslich auch durch Infekte oder Tumoren ausgelöst werden, beispielsweise im Fall von Blasenkrebs.

Wie kann eine Inkontinenz therapiert werden?

Da kann ich nicht genug betonen, dass es zahlreiche Möglichkeiten gibt. Es können zum Beispiel wirksame Medi-

kamente verschrieben werden. Eine weitere Option ist das Einlegen eines Blasenschrittmachers, ambulant und in Lokalanästhesie. Dieser kontrolliert die Blase, und ich kann künftig dann das WC aufsuchen, wenn es mir passt. Eine weitere Möglichkeit ist eine Behandlung mit Botox. Damit kann eine Blasenschwäche therapiert werden. Zudem gibt es heute zahlreiche kassenpflichtige Hilfsmittel wie beispielsweise Einlagen oder Windeln. In gravierenden Fällen kommt auch die Implantation eines künstlichen Schliessmuskels in Frage. Daneben gibt es aber viele minimalinvasive Verfahren, die den Betroffenen Hilfe verschaffen.

Dann könnte man sagen, Inkontinenz lässt sich problemlos behandeln.

Grundsätzlich ja. Das ist aber nur die eine Seite der Medaille. Denn wie gesagt: Inkontinenz wird nach wie vor tabuisiert. Viele Patientinnen fürchten sich auch davor, dass die Diagnostik unangenehm und schmerzhaft sein könnte. Die Urologie und Eingriffe im Intimbereich werden häufig noch mit Kathetern assoziiert. Dem ist aber überhaupt nicht so. Mit wenig Zeitaufwand ist heute eine Grunddiagnostik schmerzfrei möglich. Wie viele Inkontinenzbetroffene es heute in der Schweiz gibt, weiss man im Übrigen nicht, weil das Thema wie gesagt immer noch tabuisiert wird. Die Dunkelziffer dürfte deshalb hoch sein. Ich schätze, dass schweizweit rund eine halbe Million Frauen und Männer davon betroffen sind.

Bettnässen – was tun?

Bettnässen ist ein Problem, von dem viele Kinder betroffen sind. Sehr wahrscheinlich so alt wie der Homo Sapiens, ist die Enuresis in allen Zivilisationen und auf allen Kontinenten vorgekommen. Sie betrifft alle Volksschichten. Als minderes Leiden betrachtet, bedeutet die Enuresis oft einen beträchtlichen Stress für den Patienten und seine Familie. Herr Jean-Pierre Guignard - Prof. honoris causa Kinderheilkunde Universität Lausanne - forscht seit Jahren auf diesem Gebiet und hat auf viele Fragen Antworten gefunden.

Die Ursachen der Enuresis

Die grosse Mehrheit der enuretischen Kinder hat keine organischen, psychologischen oder psychiatrischen Probleme. Bei ihnen spricht man von einer grundsätzlichen, nächtlichen Enuresis, bei der, der genaue Ursprung unbekannt bleibt. Die Funktion und Kapazität der Blase sind meistens normal. Bei manchen Kindern scheint die Urinproduktion während den ersten Stunden des Schlafs besonders ausgiebig zu sein, mit einer Überschreitung der max. Kapazität ihrer Blase. Wenn auch die Enuresis selten der Ausdruck von schweren psychologischen Störungen ist, können geringe Konfliktsituationen das Auftreten von enuretischen Vorfällen begünstigen. Die Enuresis hat vielmals einen familiären Charakter, vermutlich spielt das Umfeld eine ebenso grosse Rolle wie die Gene.

Die medikamentöse Therapie

Die chemische Substanz, Desmopressin, erlaubt, die Urinmenge zu reduzieren. Diese ist mit dem Vasopressin zu vergleichen, das natürliche Hormon, das erlaubt, den Urin zu konzentrieren. Es wird beim zu Bett gehen in Tablettenform verabreicht. Der einst erhältliche Nasenspray wurde, wegen seiner potenziellen Nebenwirkungen, zurückgezogen. Zu früh und zu unregelmässig absorbiert, bestand die Gefahr einer übermässigen Wasseransammlung im Körper. Bei den Kindern, die positiv auf das Desmopressin reagieren, ist der Erfolg schnell. Leider sind die Rückfälle häufig.

Die Verhaltenstherapie mit einem akustischen Alarm

Die Verhaltenstherapie mit akustischem Alarm hat das Ziel einen konditionierten Reflex zu erzeugen, indem das Gefühl einer vollen Blase mit dem Ertönen eines Alarms verbunden wird. Diese Technik benutzt einen, mit dem Alarm verbundenen, Nässefühler. Gleich nach einigen Tropfen Urin des schlafenden Kindes wird ein Alarm ausgelöst, der das Kind weckt. Wenn diese Erfahrung eine gewisse Anzahl Nächte wiederholt wird, erwacht das Kind vom Blasendrang, noch bevor der Alarm ausgelöst wird. Man kann eine Heilung ab dem zweiten Monat erwarten. Bei einem Rückfall genügt eine kurze Trainingsphase, um definitiv trocken zu werden.

PROF. JEAN-PIERRE GUIGNARD
redaktion.ch@mediaplanet.com

FACTS

Harninkontinenz – Zahlen und Fakten

- Unter einer Harninkontinenz leiden in der Schweiz rund 400 000 Menschen jeden Alters und Geschlechts.
- Frauen sind aber häufiger von Harninkontinenz betroffen als Männer.
- Ein Risiko für eine Harninkontinenz haben Frauen aller Altersstufen: von Frauen im gebärfähigen Alter über Frauen in den Wechseljahren bis zu über 60-jährigen Frauen.
- Fast eine von vier Frauen mit Harninkontinenz hat nie mit einer

Ärztin/einem Arzt über ihre Erkrankung gesprochen und eine von 10 Frauen glaubt, dass Ärzte ihr nicht helfen können.

■ Mit gezielten Übungen können Sie Ihre Beckenmuskulatur stärken und der Inkontinenz vorbeugen.

Lesen Sie mehr im Internet:

www.inkontinex.ch

www.tcmcare.ch

CHRISTIAN LANZ
redaktion.ch@mediaplanet.com

80 Jahre Pipi-Stop® - Pionier in der Schweiz und Europa

Seit 1932 behandeln wir erfolgreich Kinder, die ihr Bett nassen

Zum 80. Jubiläum des Pipi-Stop...

- Ein neues vibrierendes Armband
- Eine neue Webseite in 4 Sprachen
- T-Shirts mit unserem Maskottchen
- Ein Kinderbuch zum Thema Bettnässen

Zögern Sie nicht, mit uns Kontakt aufzunehmen, um Ihr Enuresis-Problem zu lösen!

Melebi SA

Château 59

CH-2520 La Neuveville (BE)

Tel. 032 – 751 27 95 www.pipi-stop.ch/de

Swiss made

Krankenkassenvergütet