

# GEMEINSAM STARK FÜR IHRE GESUNDHEIT

## 📍 KONTAKT

Pflegedirektion Altötting  
Tel.: 08671 509-1554  
pdl@innklinikum.de

Pflegedirektion Mühldorf  
Tel.: 08631 613-2300  
pflegedirektion@innklinikum.de

InnKlinikum Altötting  
Vinzenz-von-Paul-Str. 10  
84503 Altötting

InnKlinikum Mühldorf  
Krankenhausstr. 1  
84453 Mühldorf

### WEITERE INFORMATIONEN

finden Sie auf unserer Website [www.innklinikum.de](http://www.innklinikum.de)

### EXTERNE AUSZEICHNUNGEN FÜR DAS INNKLINIKUM ALTÖTTING UND MÜHLDORF

- + Zertifizierte Kliniken in beiden Landkreisen nach DIN EN ISO 9001:2015
- + Akademisches Lehrkrankenhaus der LMU München (Altötting)
- + Akademisches Lehrkrankenhaus der TU München (Mühldorf)
- + Zertifizierte Regionale Traumazentren
- + Zertifizierte Schlaganfalleinheiten (Stroke Unit)
- + Zertifizierte Herzinfarkteinheit (Chest Pain Unit)
- + Zertifizierte Zentrale Notaufnahme
- + Zertifiziertes Darmzentrum und Kompetenzzentrum für Koloproktologie
- + Zertifiziertes Gynäkologisches Krebszentrum
- + Zertifiziertes Endoprothetikzentrum
- + Zertifizierte Wirbelsäuleneinrichtung Level III DWG
- + Zertifizierte Parkinson Fachklinik

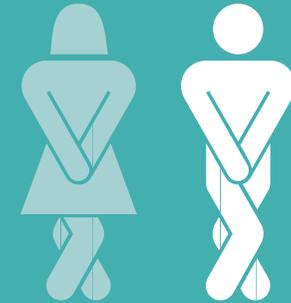
### VORSTAND

Vorstandsvorsitzender: Thomas Ewald

Vorstände: Prof. Dr. Dr. med. Michael Kraus,  
Michael Prostmeier, Dr. med. Wolfgang Richter

# EXPERTENSTANDARD IN DER PFLEGE

## INFORMATION ZUR FÖRDERUNG DER HARNKONTINENZ



# FÖRDERUNG DER HARNKONTINENZ IN DER PFLEGE

## Kontinenz / Inkontinenz – Was bedeutet das?

Kontinenz ist die Fähigkeit, willkürlich zur passenden Zeit und an einem geeigneten Ort die Blase zu entleeren.  
Inkontinenz ist jeglicher unfreiwilliger Urinverlust.

### Sie sind nicht allein!

Jeder Mensch – egal welches Geschlecht und Alter – kann von einer Inkontinenz betroffen sein

- ~ Müssen Sie Ihr öfter zur Toilette als üblich?
- ~ Besteht häufiger, kaum unterdrückbarer Harndrang?
- ~ Haben Sie das Gefühl, dass die Blase nach dem Wasserlassen nicht vollkommen leer ist?

Haben Sie eine der Fragen mit „Ja“ beantwortet, sprechen Sie uns an, **wir unterstützen Sie!**

Unser Ziel ist, bei jedem Betroffenen die Harnkontinenz zu erhalten oder zu fördern.



Jeder Mensch kann von einer Inkontinenz betroffen sein.

## Wodurch kann eine Harninkontinenz entstehen?

- ~ Folge häufiger Geburten
- ~ Unterleibsoperationen
- ~ Prostataerkrankungen
- ~ Parkinson
- ~ Häufige Blasenentzündungen
- ~ Diabetes Mellitus
- ~ Schlaganfall
- ~ Demenz
- ~ Verschriebene Medikamente
- ~ Mobilitätsverlust

## Welche Auswirkungen auf den Alltag kann eine Harninkontinenz haben?

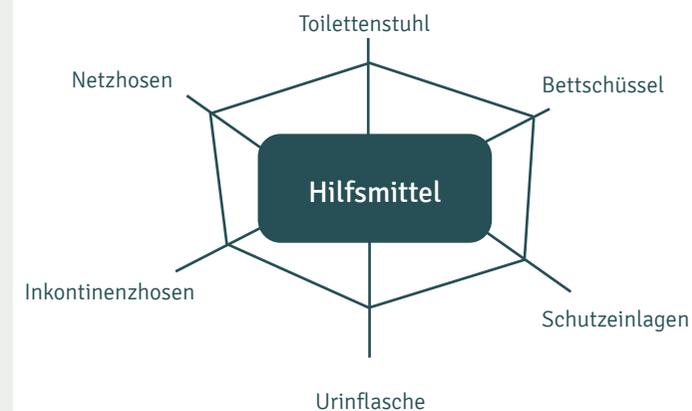
Für betroffene Menschen ist eine Harninkontinenz häufig mit sozialem Rückzug und sinkender Lebensqualität verbunden. Durch frühzeitige Identifikation und gemeinsam geplanten Maßnahmen kann das Problem erheblich positiv beeinflusst werden.

## Was tun wir, um Ihre Harnkontinenz zu fördern?

- ~ Wir ermitteln Ihr individuelles Kontinenzprofil
- ~ Wir beraten Sie vertrauensvoll und individuell zu geeigneten Hilfsmitteln
- ~ Wir gewährleisten die kontinuierliche Durchführung prophylaktischer und fördernder Maßnahmen

## Was können Sie selbst tun, um Ihre Harnkontinenz zu fördern?

- ~ Beckenbodentraining
- ~ Vermeidung von Übergewicht
- ~ Regelmäßige Toilettengänge (Toilettentraining)
- ~ Verwendung geeigneter Hilfsmittel



## Unsere Maßnahmen

für Personen mit Kontinenzproblemen werden gemeinsam mit dem jeweiligen Patienten und auf Wunsch mit dessen Angehörigen abgestimmt

Harninkontinenz sollte für niemanden ein Tabuthema sein!