



Informationen zur Harninkontinenz

Das gesunde Harnsystem

Bei einem gesunden Menschen wird der in der Niere gebildete Harn über die Harnleiter in die Blase geleitet. Dort wird der Harn gesammelt und gespeichert. Währenddessen ist die Harnröhre durch einen sogenannten inneren und äußeren Schließmuskel fest verschlossen. Wenn wir Harndrang empfinden, so wird der Harn nur dann entleert, wenn wir es wollen. Dieser Vorgang kann durch Erkrankung gestört sein.

Verschiedene Formen der Harn-Inkontinenz

- ❖ **Belastungs- oder Stress-Inkontinenz:** Häufig leiden Übergewichtige, Frauen, die mehrere Kinder geboren haben und ältere Menschen an dieser Form der Inkontinenz. Bindegewebe, Beckenbodenmuskulatur und der Schließmechanismus der Blase sind schlaff geworden. Muss der Patient nun lachen, husten, niesen oder schnell laufen, so kommt es zu ungewolltem Ausscheiden von Urin.
- ❖ **Drang-Inkontinenz:** Hierbei zieht sich die Blasenwandmuskulatur plötzlich krampfhaft zusammen. Daraufhin kommt es zu einem unvermeidbaren Urinabgang.
- ❖ **Reflex-Inkontinenz:** Der Patient hat jegliche Kontrolle über die Blasenentleerung verloren. Auch bei einer vollen Blase verspürt der Patient keinen Harndrang. Ursache dafür sind Erkrankungen des zentralen Nervensystems (zum Beispiel durch eine Querschnittlähmung).

Formen der Behandlung

- **Medikamente:** der häufige Harndrang oder der ungewollte Urinabgang kann dadurch wirksam behandelt werden. Diese Medikamente unterdrücken das krampfartige Zusammenziehen der Blasenwandmuskulatur bei der Drang-Inkontinenz.
- **Physiotherapeutische Maßnahmen:** Beckenbodengymnastik, Toilettentraining, Elektrostimulation oder Badetherapie.
- **Operativer Eingriff**

