

Jede zweite Person über 50 verliert unfreiwillig Harn, d.h. sie ist inkontinent. Die Lebensqualität kann dadurch stark beeinträchtigt sein. Im Beckenbodenzentrum des Kantonsspitals Aarau finden Betroffene kompetente Hilfe.

Stress mit der Blase

Inkontinenz richtig behandeln



Prof. Dr. med. Gabriel Schär, Chefarzt Frauenklinik und Bereichsleiter Frauen- und Kinderklinik Kantonsspital Aarau.

«Die Inkontinenz, der unkontrollierte Abgang von Harn und Stuhl, ist an und für sich eine ungefährliche Erkrankung», sagt Prof. Dr. med. Gabriel Schär. «Doch sie kann die Lebensqualität der Betroffenen entscheidend beeinträchtigen.» Viele Personen mit Inkontinenz würden nicht mehr an Anlässe gehen oder ins Kino, würden aufs geliebte Tanzen verzichten oder den Sport. «Es kann zu einer nachhaltigen Veränderung der Lebensführung kommen», so der Facharzt. Bei der Blaseninkontinenz würden zwei Haupt-

formen unterschieden: die Belastungsinkontinenz und die Dranginkontinenz (überaktive Blase).

Belastungs- und Dranginkontinenz

«Bei der Belastungsinkontinenz baut sich bei einer körperlichen Belastung – Husten, Niesen, Lachen, sportliche Tätigkeit, Treppenlaufen – im Bauch ein Druck auf, der die Harnröhre aufdehnt. Ist die Beckenbodenmuskulatur oder der Harnröhrenschliessmuskel zu schwach, tritt Harn aus.» Schon rund 20 Prozent der jüngeren Frauen hätten eine Belastungsinkontinenz, dann steige dieser Wert an – bis auf 50 Prozent bei 60-Jährigen.

«Je älter die Frauen werden, desto häufiger tritt auch die Dranginkontinenz auf», sagt der Facharzt. «Charakteristisch bei dieser Form ist der starke Harndrang.» Er könne so stark werden, dass es die Person nicht mehr bis zur Toilette schaffe. Auch in der Nacht müssten Betroffene aufstehen, um die Toilette aufzusuchen.

Viele Behandlungsmöglichkeiten

«Die Diagnose ist bei den häufigsten Inkontinenzformen verhältnismässig einfach», sagt Prof. Schär. Oft zeige schon die Befragung relativ klar, um welche Form es sich handle. Die Behandlung werde dann individuell abgestimmt.

«Bei einer Belastungsinkontinenz geht es darum, die Harnröhre zu stärken über Muskeltraining – das Aktivieren des Beckenbodens – und den Aufbau einer

richtigen Verhaltensweise», sagt der Inkontinenz-Spezialist. Wirke die Physiotherapie nicht oder lehne sie die Patientin ab, biete sich eine kleine Operation an, bei der ein Kontinenzband unter die Harnröhre gelegt werde. «Dies ist eine sehr gute Behandlungsform; 90 bis 95 Prozent der Patientinnen sind bezüglich Kontinenz mit dem Resultat zufrieden.» Bei der Dranginkontinenz könnten Frauen ihre normale Blasenkapazität wieder mit einem speziellen Blasentraining erreichen. Unterstützend könnten Beckenbodentraining und Medikamente eingesetzt werden. In behandlungsresistenten Situationen böten sich weitere Massnahmen wie Botoxinjektionen in die Blasenwand oder neurologische Schrittmacher an.

Neues Qualitätszentrum

«Alle Fachkräfte im Kantonsspital Aarau, die bisher bei der Abklärung und Behandlung der Inkontinenz mitgewirkt hatten, haben sich Anfang 2013 formal zum Beckenbodenzentrum zusammengeschlossen», erklärt Prof. Schär. «Im neuen Qualitätszentrum arbeiten eine Vielzahl von Fachärzten, Pflegefachfrauen, Physiotherapeutinnen und der Sozialdienst Hand in Hand.»

Immer in Ihrer Nähe!

KSA am Bahnhof
Bahnhofplatz 3C
5001 Aarau
www.ksa.ch