

# Prävention, Diagnose, Behandlung

## Volkskrankheiten: Harninkontinenz

Folge 7 der Gesundheitsserie des AMEOS Klinikums Alfeld

In Deutschland sind mindestens fünf Millionen Menschen von Harninkontinenz betroffen, Frauen häufiger als Männer. Die Dunkelziffer ist hoch, da die Erkrankung vielen Betroffenen unangenehm ist und sie sich daher keinen ärztlichen Rat einholen. Mit steigendem Lebensalter erhöht sich das Risiko zu erkranken. Inkontinenz ist aber keine unvermeidliche Alterserscheinung, mit der man sich abfinden muss. Dank moderner Medizin kann mittlerweile vielen Patienten geholfen werden.

Dr. Uwe Hofmeister, Chefarzt der Klinik für Urologie im AMEOS Klinikum Alfeld informiert über Krankheitsbild, Diagnose und Therapiemöglichkeiten.

„Herr Dr. Hofmeister, was ist Harninkontinenz?“

**Dr. Uwe Hofmeister:** „Harninkontinenz bedeutet, dass es zu einem unfreiwilligen Harnabgang kommt. Der Begriff „Blasenschwäche“ ist dabei nicht ganz korrekt, da die Blase nicht unbedingt Auslöser für eine Harninkontinenz sein muss.“

„Was kann zu einer Inkontinenz führen?“

**UH:** „Die Ursachen sind je nach Erkrankungsform unterschiedlich. Bei einer Belastungsinkontinenz kommt es beispielsweise bei körperlichen Anstrengungen,



Dr. med.  
Uwe Hofmeister

Chefarzt der Klinik für Urologie  
Facharzt für Urologie  
Weiterbildungsmächtigung:  
Fachgebiet Urologie und  
medikamentöse Tumorthherapie



Die Gesundheit ist ein hohes Gut. Ist sie eingeschränkt, ist das für Betroffene mit erheblicher Beeinträchtigung der Lebensqualität verbunden. Ein Großteil der Bevölkerung leidet an typischen „Volks- oder Zivilisationskrankheiten“. Diese zehnteilige Serie des AMEOS Klinikums Alfeld zeigt vorbeugende Maßnahmen und Behandlungsmöglichkeiten auf.

Nächsten Sonnabend lesen Sie:  
**Folge 8: Leistenbruch**



Durch eine Vielzahl an Therapiemöglichkeiten profitieren die weitaus meisten Patienten bei einer Harninkontinenz von der Behandlung und erhöhen ihre Lebensqualität spürbar.

beim Aufstehen, beim Husten oder Niesen zu einem Harnverlust. Der Schließmechanismus der Blase hält dem Blaseninnendruck nicht mehr stand. Eine Schwächung der Bauchbandmuskulatur, Hormonveränderungen in den Wechseljahren, Übergewicht und Schwangerschaften können Auslöser sein. Bei der Dranginkontinenz kommt es zu plötzlichem, überfallartigem Harndrang, der nicht mehr gestoppt werden kann. Die Ursache ist eine „überaktive“ Blase. Harnwegsinfektionen, Diabetes, Medikamente oder psychosomatische Belastungen können ebenfalls einen übermäßigen Harndrang auslösen. Weiterhin verhindern eventuell neurologische Erkrankungen, dass die Schaltmechanismen von Gehirn, Rückenmark, Muskeln und Ner-

ven, die für die Blasenkontrolle zuständig sind, reibungslos funktionieren.“

„Welche diagnostischen Maßnahmen führen Sie durch?“

**UH:** „Ein ausführliches Gespräch bringt schon erste Klärung, eine urologische und eine Ultraschalluntersuchung sowie eine Funktionsuntersuchung geben weiteren Aufschluss.“

„Welche Therapiemöglichkeiten empfehlen Sie?“

**UH:** „Bei der Belastungsinkontinenz kann ein Beckenboden- oder Vibrationstraining Erfolg bringen. Falls der Beckenboden durch Übergewicht zu sehr belastet ist, kann mit Gewichtsreduzierung viel erreicht werden. Auf gar keinen Fall sollten Patienten auf eine ausreichende Trinkmenge verzichten, da sich daraus zusätzliche Probleme ergeben.

Sollten konservative Maßnahmen nicht greifen, kann durch das Einsetzen eines Harnröhrenbandes das Problem behoben werden. Diese Schlinge stützt die Harnröhre und verbessert dadurch den Blasenverschluss. Dazu ist ein kleiner operativer Eingriff notwendig. Eine Nacht bleibt der Patient anschließend zur Beobachtung hier im AMEOS Klinikum. Bei der Dranginkontinenz kann ein Blasen-Training hilfreich sein. Medikamente können ebenfalls zum Einsatz kommen. Auch mit einer Botulinumtoxin-Therapie habe ich seit 2005 eine gute Erfolgsrate erzielt. Dabei wird der Wirkstoff in die Harnblasenmuskulatur injiziert und beseitigt im Idealfall für zwölf Monate den ständigen Harndrang. Die ambulante Behandlung kann dann wiederholt werden. Sollte aufgrund anderer Erkrankungen wie beispielsweise Alzheimer-Demenz oder anderer Gegebenheiten keine Operation infrage kommen, helfen in jedem Fall spezielle Inkontinenzartikel, die Flüssigkeit und Geruch

zuverlässig binden. Apotheken, Sanitätshäuser und Selbsthilfegruppen bieten dazu Informationsmöglichkeiten und Beratung an. Auch ein Katheter kann im Einzelfall erforderlich sein. Für jeden Patienten erstellen wir hier im AMEOS Klinikum Alfeld einen individuellen Therapieplan. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass wir etwa 70 bis 80 Prozent der Patienten helfen können. Bei den meisten anderen kann zumindest eine Verbesserung erzielt werden.“

„Habe ich als Patient die Möglichkeit, einer Inkontinenz vorzubeugen?“

**UH:** „Chronischer Husten und chronische Verstopfung sollten behandelt werden, um eine Belastung des Beckenbodens und der Bänder zu vermeiden. Ebenso sollte Übergewicht vermieden und eine ausreichende Tagestrinkmenge von etwa 1,5 Litern nicht unterschritten werden. Ausdauersportarten und ballaststoffreiche Ernährung sind gute vorbeugende Maßnahmen. Es gibt aber auch eine genetische Veranlagung, auf die niemand Einfluss nehmen kann.“

### Funktion der Harnblase

Die Harnblase speichert über einen längeren Zeitraum den Urin. Der Blasenmuskel, der mit dem Bindegewebe die Blasenwand bildet, ist entspannt. Die Blase kann sich ausdehnen und füllt sich. Der Blasen-schließmuskel ist angespannt, dichtet die Harnröhre ab und verhindert den Abfluss des Urins. Wird die Blase entleert, zieht sich der Blasenmuskel zusammen, während Schließmuskel und Beckenbodenmuskulatur erschlaffen. Der Urin fließt über die Harnröhre ab. Gehirn, Rückenmark, beteiligte Muskeln und Nerven müssen intakt sein und sinnvoll zusammenarbeiten, damit die Blasenkontrolle reibungslos funktioniert. Viele Ursachen können das fein aufeinander abgestimmte System stören und so zu einer Harninkontinenz führen.

### Urologie im AMEOS Klinikum Alfeld

Die urologische Praxis steht Patienten für Vorsorgeuntersuchungen, bei akuten Beschwerden und/oder bei bereits bekannten Erkrankungen zur Verfügung. Die diagnostischen Möglichkeiten und das Behandlungsspektrum umfassen ein weites Feld, von Erkrankungen der Nieren und der Harnleiter, über die Blase bis hin zur Harnröhre. Unabhängig vom Geschlecht werden Erwachsene genauso wie Kinder urologisch behandelt. Die Klinik für Urologie im AMEOS Klinikum Alfeld führt sowohl ambulante als auch stationäre Operationen durch.

Kontakt:

Tel. (05181) 80 65 61 • E-Mail: uhof.uro@alfeld.ameos.de oder info@urologie-alfeld.de • www.ameos.de/alfeld

Eine Spezialisierung ist bei der Behandlung der Harninkontinenz, dazu gehört auch die Abklärung und Therapie der „Blasenschwäche“ bei Frauen, etabliert. So ist es möglich, falls die konservativen Therapiemöglichkeiten nicht mehr ausreichen, alle Inkontinenzformen operativ zu behandeln. Darüber hinaus werden weitere urologische Erkrankungen wie zum Beispiel Harnsteinerkrankungen, Krebserkrankungen des Harn- und Genitaltraktes und Infektionserkrankungen behandelt.

### Karl-Heinz Rasche (Ehrenvorsitzender) über die Gründung des Fördervereins



„Wir brauchen für die medizinische Grundversorgung im Leinebergland das Alfelder Krankenhaus. So lautete unser Ansatz bei der Gründung des Vereins der Freunde und Förderer des Alfelder Krankenhauses. Das war 1996 – und der Grund gilt heute immer noch. Wir haben von Anfang an Wert darauf gelegt, dass auch die Ärzteschaft, die Belegschaft

und insbesondere die Krankenhausleitung mit eingebunden wurden. Die ärztliche und pflegerische Versorgung ist für die Bürgerinnen und Bürger, für die Betriebe vor Ort und für junge Familien, die nach Alfeld ziehen möchten, nach wie vor von entscheidender Bedeutung. Aber auch als Arbeitgeber ist das Krankenhaus wichtig. In über 20 Jahren Vereinstätigkeit haben wir viel unternommen, um die Schwel-

lenängste abzubauen. Aus ersten Vortragsveranstaltungen ist die erfolgreiche Reihe „Patienten-Akademie Alfeld“ entstanden. Wir haben die Flure mit Bildern verschönert und Anschaffungen getätigt, die die Arbeit des Krankenhauses unterstützen, aber im Besitz des Vereins verbleiben. Mir war es eine Herzensangelegenheit, die Bevölkerung vom Sinn und Zweck eines Fördervereins zu überzeugen.“



Verein der  
Freunde und Förderer  
des Alfelder  
Krankenhauses e.V.

1. Vorsitzender  
Reinmund Piepho

Eckstraße 8  
31061 Alfeld  
Tel. (05181) 81722  
r.piepho@hotmail.de



www.foerdereverein-alfelder-krankenhaus.de