



Dr. med. Joachim Zeeh  
Geriatrische Fachklinik Georgenhaus, Meiningen

## Inkontinenz im Alter

37 Harninkontinenz

41 Stuhlinkontinenz

### Drei gute Gründe

## „Ich arbeite gerne mit Inkontinenz-Patienten und Angehörigen“

— Ich möchte Ihnen drei Gründe nennen, warum ich gerne mit Patienten und Angehörigen arbeite, die mich wegen einer Inkontinenz konsultieren.

- 1 Weil ich froh bin, dass dieses für Betroffene und Pflegende belastende, aber häufig trotzdem verschwiegene, mit Scham- und Ekelgefühlen besetzte Thema angesprochen und damit endlich auf die Agenda gesetzt worden ist.
- 2 Weil hier mit einfachen Mitteln viel erreicht werden kann.
- 3 Weil hier vieles von dem, was die Attraktivität von Geriatrie ausmacht, unmittelbar erfahrbar wird:

- sprechende Medizin,
- der hohe Stellenwert ärztlicher Intuition,
- der zeitnahe Wiedergewinn an Lebensqualität für den Patienten.

Jede dritte Frau und jeder siebte Mann im Alter über 65 Jahre leidet an Urininkontinenz. Je älter die Betroffenen, desto mehr ziehen beide Geschlechter gleich. Stuhlinkontinenz ist ebenfalls kein seltenes Phänomen: je kränker, je unselbstständiger und je kognitiv eingeschränkter – umso häufiger ist damit zu rechnen. In Pflegeheimen sind bis zu acht von zehn Bewohnern betroffen. Es wird deutlich, dass Inkontinenz tatsächlich zu den großen Themen der Altersmedizin zählt.

Die beiden Übersichtsartikel zur Urin- und zur Stuhlinkontinenz sollen Sie pragmatisch und praxisnah auf den neuesten Stand bringen. Der stuhlinkontinente Patient, dessen Problem gelöst werden konnte durch die Beseitigung einer „banalen“ Obstipation oder die alte Dame, die ihren imperativen Harnrang mit Hilfe von Beckenbodentraining und einer Tablette so weit unter Kontrolle bekommt, dass sie wieder Einkaufen gehen kann. Dies sind schöne – und gar nicht so seltene – Erfolgsergebnisse.

Es wird aber auch deutlich gemacht, dass sämtliche Entscheidungen für jeden Einzelfall individuell und „nach Maß“ getroffen werden müssen. Und dass beim Einsatz von kontinenzfördernden Medikamenten zwischen einer erwünschten Wirkung und einer gefürchteten Nebenwirkung oft nur ein schmaler Grat liegt.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre. ■



Jeder 7. Mann über  
65 Jahre leidet an einer  
Urininkontinenz.

© stevecoleimages / Getty Images / iStock (Symbolbild mit Fotomodellen)