

## Pflegeverbund

Unsere umfangreichen pflegerischen, hauswirtschaftlichen und sozialen Dienstleistungen unterstützen Sie bei Ihren alltäglichen Problemen. Wir möchten Ihnen helfen, auch bei Krankheit und Altersbeschwerden weiterhin in Ihrer vertrauten Umgebung leben zu können.

Hierzu gehört auch die Entlastung Ihrer pflegenden Angehörigen oder Freunde.

Manchmal hilft schon der Umzug in eine der über 1000 von der AWO betreuten altengerechten Wohnungen, um trotz altersbedingter Behinderungen ein angenehmes Leben zu führen.

Sollte die Hilfe durch unsere ambulanten Dienste nicht mehr ausreichen, bieten wir Ihnen einen Platz in einem unserer Pflegeheime.

## Kontakt

Arbeiterwohlfahrt  
Kreisverband Essen e.V.  
Ambulante Dienste  
August-Schmidt-Haus  
Overbergstraße 27  
45141 Essen

Tel. 0201.832010  
Fax 0201.8320117

email: [sst@awo-essen.de](mailto:sst@awo-essen.de)  
internet: [www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)

Öffnungszeiten:

montags-freitags:  
8.00 Uhr – 15.30 Uhr

Information

**Förderung  
der  
Harnkontinenz**

[www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)



**AMBULANTE  
& STATIONÄRE  
DIENSTE**

## Harnkontinenz

Harnkontinenz ist die Fähigkeit, willkürlich und zur passenden Zeit an einem geeigneten Ort die Blase zu entleeren.

Harninkontinenz dagegen ist jeglicher ungewollter Harnverlust.

Harninkontinenz stellt für Betroffene und Pflegende aus Gründen der Scham mitunter ein schwerwiegendes Problem dar. Ein Gespräch hierüber fällt allen Beteiligten oft schwer.

Eine sachliche Einschätzung und eine Erhebung individueller und äußerer Risikofaktoren sowie das Erkennen von Anzeichen einer Harninkontinenz können den Betroffenen helfen, mit ihrer Situation angemessen umzugehen.

## Risiken

Individuelle Risiken können u.a. sein:

- Alter
- Harnwegsinfektion
- Belastung des Beckenbodens
- Übergewicht
- Einschränkung der körperlichen und/oder geistigen Fähigkeiten
- Veränderung der Prostata
- zu hohe/zu niedrige Flüssigkeitsmengen
- Erkrankungen (z.B. Schlaganfall, Parkinson, Multiple Sklerose)

Äußere Risiken können u.a. sein:

- ungünstige Erreichbarkeit einer Toilette
- Einnahme von Medikamenten
- unpraktische Kleidung
- behindernde Gestaltung der Räumlichkeiten

## Maßnahmen

Eine der wichtigsten Maßnahmen zur Kontinenzförderung bzw. zum angemessenen Umgang mit Inkontinenz ist die sorgfältige Erhebung der individuellen und äußeren Risikofaktoren.

Dabei ist die Mithilfe des Betroffenen von entscheidender Bedeutung. Auch die Einbeziehung des behandelnden Arztes kann helfen.

Bei der Feststellung Ihrer Risikofaktoren und Ihres individuellen Kontinenzprofils unterstützen wir Sie gern; ebenso bei der Einleitung von Maßnahmen zur Förderung Ihrer Harnkontinenz.

Sprechen Sie uns deshalb an!  
Wir helfen Ihnen und beraten Sie gerne.