

Daniela Hayder Elke Kuno Margit Müller

Kontinenz – Inkontinenz – Kontinenzförderung

Praxishandbuch für Pflegende



Hayder/Kuno/Müller
**Kontinenz – Inkontinenz –
Kontinenzförderung**

Verlag Hans Huber
Programmbereich Pflege

Beirat Wissenschaft
Angelika Abt-Zegelin, Dortmund
Silvia Käppeli, Zürich
Doris Schaeffer, Bielefeld

Beirat Ausbildung und Praxis
Jürgen Osterbrink, Salzburg
Christine Sowinski, Köln
Franz Wagner, Berlin

HUBER 

Bücher aus verwandten Sachgebieten

Abraham/Bottrell/Fulmer/Mezey (Hrsg.)

Pflegestandards für die Versorgung alter Menschen

2001. ISBN 978-3-456-83424-5

Bischofberger (Hrsg.)

«Das kann ja heiter werden»

Humor und Lachen in der Pflege

2008². ISBN 978-3-456-84499-2

Borker

Nahrungsverweigerung in der Pflege

2002. ISBN 978-3-456-83624-9

Brobst et al.

Der Pflegeprozess in der Praxis

2007². ISBN 978-3-456-83553-2

Carr/Mann

Schmerz und Schmerzmanagement

2002. ISBN 978-3-456-83680-5

Chellel (Hrsg.)

Reanimation

2002. ISBN 978-3-456-83681-2

Doenges/Moorhouse/Geissler-Murr

Pflegediagnosen und Maßnahmen

3., vollst. überarb. und erw. Auflage

2002. ISBN 978-3-456-82960-9

Ducharme/Gill

Sexualität bei Querschnittlähmung

2006. ISBN 978-3-456-83933-2

Elzer/Sciborski

Kommunikative Kompetenzen in der Pflege

2007. ISBN 978-3-456-84336-0

Gottschalck

Mundhygiene und spezielle Mundpflege

2007. ISBN 978-3-456-84414-5

Hill Rice (Hrsg.)

Stress und Coping

2005. ISBN 978-3-456-84168-7

Houldin

Pflegekonzepte in der onkologischen Pflege

2003. ISBN 978-3-456-83693-5

Käppeli/Mäder/Zeller-Forster (Hrsg.)

Pflegekonzepte 1

1998. ISBN 978-3-456-82963-0

Kasper/Kraut

Atmung und Atemtherapie

2000. ISBN 978-3-456-83426-9

Mackway-Jones/Marsden/Windle (Hrsg.)

Ersteinschätzung in der Notaufnahme

Das Manchester-Triage-System

2006. ISBN 978-3-456-84317-9

Fitzgerald Miller

Coping fördern – Machtlosigkeit überwinden

Hilfen zur Bewältigung chronischen

Krankseins

2003. ISBN 978-3-456-83522-8

Morgan/Closs

Schlaf – Schlafstörungen – Schlafförderung

2000. ISBN 978-3-456-83405-4

Phillips

Dekubitus und Dekubitusprophylaxe

2001. ISBN 978-3-456-83324-8

Sachweh

«Noch ein Löffelchen?»

Effektive Kommunikation in der Altenpflege

2006². ISBN 978-3-456-84065-9

Salter

Körperbild und Körperbildstörungen

1998. ISBN 978-3-456-83274-6

Sitzmann

Hygiene daheim

Professionelle Hygiene in der stationären

und häuslichen Alten- und Langzeitpflege

2007. ISBN 978-3-456-84315-5

Tideiksaar

Stürze und Sturzprävention

2000. ISBN 978-3-456-83269-2

van der Weide

Inkontinenz

Pflegediagnosen und Pflegeinterventionen

2001. ISBN 978-3-456-83351-4

Weitere Informationen über unsere Neuerscheinungen finden Sie im Internet unter:

www.verlag-hanshuber.com

Daniela Hayder
Elke Kuno
Margit Müller

Kontinenz – Inkontinenz – Kontinenzförderung

Praxishandbuch für Pflegende

Verlag Hans Huber

Daniela Hayder. Krankenschwester, Pflegewissenschaftlerin BScN, MScN, wissenschaftliche Mitarbeiterin der Universität Witten/Herdecke am Institut für Pflegewissenschaft
E-Mail: daniela.hayder@uni-wh.de

Elke Kuno. Krankenschwester, Enterostomatherapeutin, Lehrerin für Pflegeberufe
E-Mail: elkekuno@web.de

Margit Müller. Krankenschwester, Pflege- und Gesundheitswissenschaftlerin, Pflegeexpertin für Kontinenzstörungen
E-Mail: Margit.Mueller1@t-online.de

Lektorat: Jürgen Georg, Bianca Hilker, Peter Offermanns
Bearbeitung: Detlef Kraut
Herstellung: Daniel Berger
Titelillustration: pinx. Winterwerb und Partner, Design-Büro, Wiesbaden
Fotos: Jürgen Georg, Bern
Umschlag: Atelier Mühlberg, Basel
Satz: Claudia Wild, Stuttgart
Druck und buchbinderische Verarbeitung: AZ Druck und Datentechnik GmbH, Kempten
Printed in Germany

Bibliographische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Verfasser haben größte Mühe darauf verwandt, dass die therapeutischen Angaben insbesondere von Medikamenten, ihre Dosierungen und Applikationen dem jeweiligen Wissensstand bei der Fertigstellung des Werkes entsprechen.

Da jedoch die Pflege und Medizin als Wissenschaft ständig im Fluss sind, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, übernimmt der Verlag für derartige Angaben keine Gewähr. Jeder Anwender ist daher dringend aufgefordert, alle Angaben in eigener Verantwortung auf ihre Richtigkeit zu überprüfen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber
Lektorat: Pflege
z. Hd.: Jürgen Georg
Länggass-Strasse 76
CH-3000 Bern 9
Tel: 0041 (0)31 300 4500
Fax: 0041 (0)31 300 4593

1. Auflage 2008. Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
© 2008 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
ISBN 978-3-456-84544-9

Inhaltsverzeichnis

Widmung	8
Danksagung	9
Geleitwort	11
Vorwort	12
Autorenverzeichnis	15
1. Harninkontinenz – eine facettenreiche Problematik	19
1.1 Epidemiologie und Risikofaktoren	19
1.2 Nationaler Expertenstandard «Förderung der Harnkontinenz in der Pflege»	21
1.2.1 Vorgehen bei der Erarbeitung	22
1.2.2 Aufbau und Inhalte des Standards	24
1.2.3 Umsetzung des Expertenstandards	28
2. Das von Inkontinenz geprägte Leben	35
2.1 Das Schamgefühl	35
2.2 Strategien harninkontinenter Personen	37
2.3 Die Auswirkungen der Inkontinenz auf die Pflegebeziehung	40
3. Einschätzung der Harninkontinenz	45
3.1 Definitionen von Kontinenz – Inkontinenz	46
3.2 Blasenfunktion – Grundlagen	47
3.3 Formen und Ursachen von Harninkontinenz	50
3.3.1 Harninkontinenz aufgrund von funktioneller Veränderungen	51
3.3.2 Inkontinenz aufgrund von Speicher- und Entleerungsstörungen der Harnblase	53

3.4 Die initiale und differenzierte Einschätzung von Harninkontinenz	58
3.4.1 Die initiale Einschätzung	58
3.4.2 Die differenzierte Einschätzung	59
4. Maßnahmen zur Kontinenzförderung	81
4.1 Beratung	82
4.2 Prävention	84
4.3 Allgemeine Maßnahmen	85
4.3.1 Flüssigkeitszufuhr und Ernährung	85
4.3.2 Bewegung erhalten und fördern	86
4.3.3 Bekleidungsberatung	87
4.3.4 Die Umgebungsfaktoren	87
4.4 Spezielle Maßnahmen	89
4.4.1 Blasentraining und Toilettentraining	89
4.5 Beckenbodentraining	105
4.5.1 Beckenbodentraining mit unterstützender Technik	107
4.6 Valsalva- und Triggermethoden	111
4.7 Doppel- und Dreifachmiktion	111
4.8 Medikamentöse Behandlung	111
5. Hilfsmittel	119
5.1 Hilfsmittelberatung	119
5.2 Die Auswahl von Hilfsmitteln	120
5.2.1 Qualitätskriterien von Hilfsmitteln	120
5.2.2 Personenbezogene Kriterien zur Auswahl	121
5.3 Hilfsmittel zur Förderung und Erhaltung der Kontinenz	122
5.3.1 Funktionell-anatomische Hilfsmittel für Frauen	122
5.3.2 Mobile Toilettenhilfen	124
5.4 Blasenkatheter	128
5.4.1 Indikationen	129
5.4.2 Gesundheitsprobleme durch Blasenkatheter	130
5.4.3 Der intermittierende (Selbst-)Katheterismus	131
5.4.4 Blasenverweilkatheter	134
5.5 Hilfsmittel zur Kompensation der Harninkontinenz	142
5.5.1 Aufsaugende Hilfsmittel	142
5.5.2 Ableitende Systeme	148
5.6 Sozialrechtliche Grundlagen/Finanzierung von Inkontinenzhilfsmitteln	153

6. Hautpflege bei Inkontinenz	159
6.1 Ursachen für Hautschäden bei Inkontinenz	159
6.2 Ziele und präventive Maßnahmen	160
6.2.1 Erkennung der Risikofaktoren/Hautanalyse	160
6.2.2 Aspekte der Hautreinigung	160
6.2.3 Aspekte der Hautpflege/Hautschutz	161
6.2.4 Allgemeine Maßnahmen	162
7. Evaluation	165
Abbildungsverzeichnis	168
Sachwortverzeichnis	171

Widmung

Dieses Buch widmen wir all jenen Personen, die innerhalb ihrer beruflichen Aufgaben oder in privaten Bezügen Menschen begegnen, die ihre Harnkontinenz zu verlieren drohen oder diese verloren haben, und die deren Lebensqualität verbessern wollen.

Danksagung

Wir danken Allen, die uns ideell oder direkt unterstützt haben dieses Buch zu schreiben. Vor allem danken wir den Menschen, die von Kontinenzproblemen betroffen waren und denen wir in unserer beruflichen Tätigkeit begegnet sind. Durch sie haben wir gelernt, wie bedeutsam die Fähigkeit kontinent zu sein für das eigene Selbstbild ist, und wie stark sie das Zusammenleben in einer Gemeinschaft beeinflusst. Ihre Fragen und erwartete Hilfestellungen haben uns motiviert uns fachlich und menschlich zum Thema Kontinenzförderung weiterzuentwickeln. Wir danken auch allen Kolleginnen und Kollegen, besonders denen der Expertenarbeitsgruppe des Nationalen Expertenstandards: «Förderung der Harnkontinenz in der Pflege». Durch die fachlichen, oft auch kontroversen Diskussionen mit ihnen, waren wir besonders gefordert und herausgefordert. Unser Dank gilt den Mitarbeitern des DNQP, die diese Diskussion unterstützt und moderiert haben. Weiter danken wir den Menschen, die uns bei der Literaturbeschaffung, dem Korrekturlesen und mit weiteren Hilfestellungen in der anstrengenden Zeit des Schreibens beigestanden haben. Hier ist hervorzuheben Dr. Mathias Pfisterer, Bethanien Krankenhaus, Geriatriisches Zentrum, Heidelberg, der uns seine Ausarbeitungen zur medikamentösen Therapie der Harninkontinenz zur Verfügung gestellt hat.

Unser ganz besonderer Dank gilt den «Bildgebern», die es möglich machten, dass wir viele Inhalte anschaulich wiedergeben können. Dies sind:

Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP), D-49009 Osnabrück

Jürgen Georg, CH-3007 Bern

Judith Krucker, CH-8050 Zürich

Haynl-Elektronik GmbH, D-39218 Schönebeck

Manfred Sauer GmbH, D-74931, Lobbach

medesign I. C. GmbH, D-83623 Dietramszell

Med. SSE-System, GmbH, Alfred v. d. Lehr, D-90765 Fürth

Paul Hartmann AG, D-89522 Heidenheim

Private Universität Witten/Herdecke gGmbH, D-58448 Witten

SCA Hygiene Products GmbH, D-68305 Mannheim

Stefan Kalscheid, D-45326 Essen

Verathon Medical, NL-3401 MN Ijsselstein

Wolfgang Sirsch, D-46519 Alpen

Geleitwort

Die Fähigkeit, die Ausscheidung zu kontrollieren, wird in unserer Gesellschaft im Erwachsenenalter vorausgesetzt. So wird Kontinenz als etwas «normales» angesehen, als eine Fähigkeit, über die Menschen verfügen. Inkontinenz ist etwas, das mit Scham und Schamempfinden zu tun hat. Es fällt Menschen sicher nicht leicht, Hilfe zu suchen, wenn sie unter Inkontinenz leiden. Und es ist sicher nicht einfach, diesen Menschen zu helfen, denn Kontinenzförderung und die Notwendigkeit, sinnvoll auf Inkontinenz zu reagieren sind sehr anspruchsvolle Angelegenheiten. Dieses Buch ist hierbei eine Hilfe. Die Autorinnen sind Expertinnen auf diesem Gebiet. Sie haben in zahlreichen Projekten zur Kontinenzförderung mitgearbeitet, Kontinenzförderung ist ihr beruflicher Alltag und sie beziehen sich in diesem Buch auf Forschungsergebnisse. Dies ist vor dem Hintergrund einer evidenzbasierten Pflege unverzichtbar. Gleichzeitig orientieren sich die Autorinnen am Prozess professionellen Handelns: was ist das Problem, warum ist es ein Problem, wie kann ich es einschätzen, gibt es Einschätzungsinstrumente, welche Interventionen wirken bei welchen Problemen, wie kann die Wirkung festgestellt werden? Diese und ähnliche Fragen werden in diesem Buch behandelt. Für die berufliche Pflege ist dieses Buch ein Glücksfall, denn es reagiert auf komplexe Pflegeprobleme in einer klaren und eindeutigen Sprache. Ich möchte den Autorinnen meinen Respekt aussprechen. Ich bin davon überzeugt, dass dies Buch für die Pflegepraxis, wie auch für die Ausbildung von großer Wichtigkeit ist. Sie, liebe Leser, werden von der hohen Praxiskompetenz profitieren und die Lektüre sicher nicht bereuen.

Wilfried Schnepf
Witten im Winter 2007

Vorwort

Die Idee dieses Buch zu schreiben entstand durch unsere Zusammenarbeit innerhalb der Gruppe der ExpertInnen zur Erarbeitung des 5. Nationalen Expertenstandards: «*Förderung der Harnkontinenz in der Pflege*». Die Mischung unserer unterschiedlichen Erfahrungshintergründe, auf der einen Seite die Auseinandersetzung mit wissenschaftlichen Untersuchungen zum Thema Kontinenzförderung, auf der anderen Seite langjährige Praxiserfahrung in der Arbeit mit inkontinenten älteren Menschen an der Kontinenzberatungsstelle am Bethanien Krankenhaus, Geriatisches Zentrum, Heidelberg, ließen zwischen uns eine fruchtbare Auseinandersetzung entstehen.

Mit diesem Buch wenden wir uns an:

- ausgebildete Pflegefachkräfte der unterschiedlichen Pflegeberufe aller Settings, in denen professionelle Pflege stattfindet
- Lehrer an Schulen zur Ausbildung verschiedener Pflegeberufe (AltenpflegerInnen, Gesundheits- und KrankenpflegerInnen)
- Pflegende in Ausbildung und Studierende eines pflegebezogenen Studiengangs, die sich mit dem Thema Kontinenzförderung vertieft beschäftigen wollen
- Fachkräfte anderer Berufsgruppen, die mit den Pflegenden zusammen an der Kontinenzförderung betroffener Personen arbeiten
- Fachkräfte von Aufsichtsbehörden (z. B. Heimaufsicht), die in Einrichtungen des Gesundheitswesens für die Qualitätsentwicklung und -sicherung Verantwortung mittragen.

Dieses Buch vermittelt «Übersichtswissen». Pflegende, die sich auf Kontinenzberatung spezialisiert haben oder sich spezialisieren wollen, müssen die Inhalte anhand weiterführender Literatur vertiefen.

Ausgangspunkt und fortwährende Orientierung unserer Ausarbeitungen war der Nationale Expertenstandard «*Förderung der Harnkontinenz in der Pflege*» (DNQP, 2007). Die Standardaussage und deren Begründung waren zielführend, wir möchten sie deshalb dem Text voranstellen. Sie lauten:

Standardaussage «Bei jedem Patienten/Bewohner wird die Harnkontinenz erhalten oder gefördert. Identifizierte Harninkontinenz wird beseitigt, weitestgehend reduziert bzw. kompensiert.»

Begründung: «Harninkontinenz ist ein weit verbreitetes pflegerelevantes Problem. Für die betroffenen Menschen ist sie häufig mit sozialem Rückzug, sinkender Lebensqualität und steigendem Pflegebedarf verbunden. Durch frühzeitige Identifikation von gefährdeten und betroffenen Patienten und Bewohnern und der gemeinsamen Vereinbarung von spezifischen Maßnahmen kann dieses Problem erheblich positiv beeinflusst werden. Darüber hinaus können durch Inkontinenz hervorgerufene Beeinträchtigungen reduziert werden.»

Das Buch soll besonders für diejenigen Pflegefachkräfte eine Hilfe sein, die an der Umsetzung dieses Expertenstandards arbeiten oder planen daran zu arbeiten.

Die in der Standardaussage und -begründung enthaltenen Aspekte finden sich in der Gliederung des Buches wieder.

In Kapitel 1 wird ausgeführt wie viele Menschen von Harninkontinenz betroffen sind, und wer zu den Risikogruppen gehört. Dort finden Sie auch, wie der Nationale Expertenstandard entwickelt wurde und welche Erfahrungen es gibt, die zu seiner praktischen Umsetzung hilfreich sind.

In Kapitel 2 wird das Erleben der Inkontinenz aus der Betroffenenperspektive dargestellt und reflektiert. Wie sich diese Erkenntnisse auf die Pflegebeziehung auswirken kann, welches Verhalten der Pflegenden wichtig ist, damit inkontinente Personen sich weiter als Erwachsene erleben können, wird hier aufgezeigt.

Kapitel 3 stellt dar, mit welchen Möglichkeiten Zeichen von Inkontinenz erkannt und Kontinenzprobleme differenziert eingeschätzt werden können. Sie finden dort auch einen Überblick zu anatomischen, physiologischen und pathophysiologischen Grundlagen, die zur Kontinenzförderung wichtig sind. Die Bedeutung der interdisziplinären Zusammenarbeit wird aufgezeigt. Ein «Herzstück» dieses Kapitels ist die Ausführung zu den Kontinenzprofilen. Diese sind neu. Sie sind von der Expertenarbeitsgruppe entwickelt worden, in der Hoffnung, dass sie zukünftig eine Hilfestellung für die Arbeit der Pflegenden bei der Kontinenzförderung sind.

In Kapitel 4 werden Maßnahmen zur Kontinenzförderung die den Pflegefachkräften zur Verfügung stehen, um in Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen an der Kontinenzförderung zu arbeiten, beschrieben und reflektiert.

In Kapitel 5 werden Hilfsmittel beschrieben, die zur Kontinenzförderung und zur Kompensation der Harninkontinenz zur Verfügung stehen. Die Ausführungen sollen den Pflegenden Entscheidungs- und Argumentationshilfen an die Hand geben.

Kapitel 6 gibt einen Überblick zu Maßnahmen mittels derer die Haut, im Zusammenhang mit Harninkontinenz, gesund erhalten werden kann.

Kapitel 7 beschreibt, wie die Pflegenden im Prozess der Kontinenzförderung überprüfen können, ob die angestrebten und erreichten Ziele im Einklang sind.

Folgende Strukturen sollen den Lesern den Umgang mit dem Buch erleichtern:

- Am Anfang jeden Kapitels wird ein Überblick gegeben, welche Inhalte hier dargestellt werden
- Kernaussagen zu komplexen Inhalten werden hervorgehoben (Merke)
- Fallbeispiele stellen den Praxisbezug zu den theoretischen Inhalten her
- Bilder veranschaulichen den Text
- Nach jedem Kapitel ist die Literatur zu finden, auf die wir unsere Ausführungen stützen, die auch zur vertieften Auseinandersetzung anregen sollen.

Analog zum Expertenstandard verwenden wir den Begriff »Pflegefachkraft« für die Mitglieder der verschiedenen Pflegeberufe. Wir übernehmen auch den Begriff Patient/Bewohner für die betreuten Menschen in den unterschiedlichsten Settings, wo Pflege stattfindet. Zur sprachlichen Vereinfachung verwenden wir im Text vorwiegend die männliche Form, wenn speziell Frauen gemeint sind, die weibliche Sprachform.

Wir Autorinnen haben dieses Buch unabhängig von Sponsoren geschrieben. Zur Auswahl der Bilder wurden wir von verschiedenen Firmen unterstützt, diese sind in der Danksagung genannt.

Wir wünschen, dass wir all denjenigen, die mit diesem Buch arbeiten, Hilfen zur Reflexion und Weiterentwicklung ihrer Arbeit an die Hand geben. Davon sollen Menschen, die von Harninkontinenz bedroht sind oder die an Harninkontinenz leiden, profitieren. Wir sind überzeugt, dass Pflegende eine zentrale Stellung in der interdisziplinären Betreuung dieser Menschen einnehmen. Wir wünschen, dass Sie diese Erfahrung mit uns teilen. Wir wünschen uns auch für die Zukunft, dass es der deutschsprachigen Pflegeforschung gelingt, Probleme im Rahmen der Kontinenzförderung weiter zu erhellen, damit wir sicherer im Umgang mit den Menschen werden, die sich uns anvertrauen.

Daniela Hayder,
BScN, MScN

Elke Kuno,
Lehrerin für Pflegeberufe

Margit Müller,
Dipl. Pflegewirtin (FH)

Witten, Heidelberg, 30. Juli, 2007