


Wichtige Aktualisierungen finden Sie auf www.verlag-careum.ch oder direkt im E-Book mit der Markierung 

- ▶ Bei zu lange angelegter Urinflasche kann feuchte Wärme entstehen, die Infektionen begünstigt.
- ▶ Bieten Sie dem Klienten die Möglichkeit an, sich die Hände zu reinigen.
- ▶ Bringen Sie anschliessend dem Klienten eine saubere, desinfizierte Urinflasche, die Sie an einem diskreten Ort versorgen, den der Klient trotzdem gut erreichen kann.

Weitere Informationen zur Unterstützung der Ausscheidung finden Sie in der Pflegediagnose «Selbstversorgungsdefizit: Toilettenbenutzung».

8.4 Unterstützende Massnahmen bei Problemen mit der Ausscheidung

Menschen, die Probleme mit der Ausscheidung haben, sind auf eine besonders einfühlsame Unterstützung durch die Pflegenden angewiesen. Je nach Problem sind unterschiedliche Massnahmen durchzuführen.

8.4.1 Unterstützung bei erschwerter Urinausscheidung im Bett

Haben Klienten Bettruhe verordnet, müssen sie die Ausscheidungen im Bett verrichten. Dies kann die Ausscheidung beeinträchtigen, weil es unangenehm ist, im Bett Wasser zu lösen. Generell kann davon ausgegangen werden, dass das Wasserlösen im Sitzen oder Stehen einfacher ist als im Liegen.

Folgende Massnahmen können die Miktion fördern:

- ▶ Andere Klientinnen und Klienten wenn möglich aus dem Zimmer schicken
- ▶ Wasserhahn aufdrehen und Wasser laufen lassen
- ▶ Hände in Waschbecken mit warmem bis kühlem Wasser tauchen
- ▶ Sanftes Beklopfen der Bauchdecke über der Blasenregion mit dem Finger
- ▶ Wenn möglich die Klientin allein lassen

Wenn eine Klientin über längere Zeit nicht Urin lösen kann, muss dies von Fachpersonen abgeklärt werden. Die Ursache könnte krankhaft sein (z. B. übervolle Blase oder Nierenerkrankung).

Werden Klienten zunehmend unruhig, kann dies ein Hinweis auf **Harnretention** sein, was ebenfalls von Fachpersonen abgeklärt und behandelt werden muss.

8.4.2 Unterstützung bei Inkontinenz

Je nach Ursache werden verschiedene Massnahmen eingesetzt:

Beckenbodentraining

Das Beckenbodentraining hat zum Ziel, die Beckenbodenmuskulatur und die Blasen- und Darmschliessmuskeln zu stärken. Bei regelmässiger Übung können gute Erfolge erzielt werden.



Ein Übungsbeispiel:

- ▶ Im Liegen oder Sitzen die Oberschenkel-, Gesäss- und Beckenbodenmuskulatur mehrmals hintereinander einige Sekunden lang kräftig anspannen. Wenn dabei die Beine übereinandergelegt und das Becken leicht angehoben wird, verstärkt dies die Wirkung.

Lassen Sie sich weitere Übungen von der Physiotherapeutin zeigen.