



TIPPS | TOILETTE UND INKONTINENZ

„UNFÄLLE“ PASSIEREN

Die Toilette nicht mehr zu finden oder Inkontinenz ist für alle Beteiligten ein unangenehmes Problem, weil es einen sehr intimen Bereich betrifft, über den man nicht gerne spricht, der oft mit Scham verbunden ist und bei dem man nicht gerne auf Hilfe angewiesen ist. Viele Menschen mit Demenz leiden vor allem bei fortgeschrittener Krankheit an Harninkontinenz, seltener an einer Stuhlinkontinenz. Jedenfalls ist ein unfreiwilliger Harn- oder Stuhlverlust für alle eine große Herausforderung und fordert einen sehr sensiblen Umgang.

Andere Gründe für eine Inkontinenz können Medikamente, Stress, neurologische Veränderungen im Gehirn oder eine Prostatavergrößerung sein. Jedenfalls sollte der zuständige Arzt informiert werden.

Das können Sie tun

Ermutigen Sie Menschen mit Demenz solange als möglich, selbst auf die Toilette zu gehen, auch wenn es länger dauert, damit wird der Intimbereich gewahrt und das Schamgefühl verhindert wird.

Lassen Sie der betroffenen Person Zeit und beachten Sie die persönlichen Gewohnheiten. Gerade beim

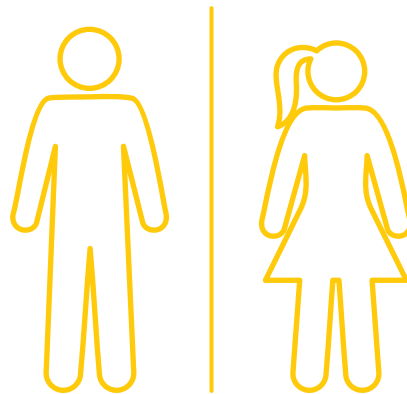
Toilettengang sind Routinen, Rituale und Zeiten besonders wichtig. Eile und Hast bewirken meist das Gegenteil.

Das hilft

- Kleidung sollte elastisch und pflegeleicht sein um sich rechtzeitig und leicht ausziehen zu können, Verschlüsse der Kleidung sollten leicht zu öffnen sein, z. B. Klettverschlüsse.
- Bei eingeschränkter Beweglichkeit kann eine Toilettensitzerhöhung helfen.
- Nachts kann ein Zimmer-WC hilfreich sein.
- Wenn Bad und WC in einem Raum sind, sollten alle Gegenstände (wie Kübel oder Körbe) entfernt werden, die mit einer Toilette verwechselt werden könnten.
- Badezimmer-/Toilettentür, eventuell auch den Toilettenrand mit Symbolen/Bildern kennzeichnen, die eindeutig auf die Toilette hinweisen.



- Ausstattung von Bett und Sitzgelegenheiten mit wasserdichten, absorbierenden und wieder verwendbaren Unterlagen. Ab einem gewissen Stadium der Erkrankung wird sich die Anwendung von Inkontinenz-Hilfsmitteln wie Einlagen oder Windeln nicht vermeiden lassen.
- Nehmen Sie die Hilfe und Unterstützung von mobilen Pflege- und Betreuungskräften in Anspruch, sie wird manchmal besser akzeptiert als die von Familienmitgliedern.



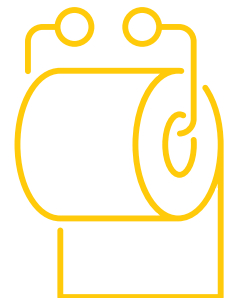
Eine typische Situation

Roland Z.: Zeitweise ist meine Mutter traurig, beschämt bis hin zu entsetzt, vor allem, wenn sie die Folgen eines „Unfalles“ bemerkt. Wir wollen ihr helfen, aber das Thema ist sehr heikel.“

Unser Tipp:

- Erinnern Sie Menschen mit demenziellen Beeinträchtigungen regelmäßig daran, auf die Toilette zu gehen, ein regelmäßiger Zeitplan für den Toilettengang hilft.
- Nicht immer kann „Unfällen“ vorgebeugt werden, vor allem wenn Menschen sich nicht mehr mitteilen können, ist Beobachtung sehr wichtig. Unruhe, Herumwandern, zupfen an der Kleidung kann ein Hinweis sein, dass die Toilette aufgesucht werden muss.

- Wenn ein „Unfall“ passiert ist, bewahren Sie Ruhe, man darf sich schämen oder auch ekeln, aber möglichst nicht ärgern. Schuldzuweisungen belasten nur noch die Situation, Inkontinenz ist Folge einer/der Erkrankung. Reduzieren Sie deswegen keinesfalls die Trinkmenge, dadurch können die Symptome der Demenz sich verschlechtern bzw. es zu Stuhlproblemen kommen.



Das ist zu beachten

Sicherheitsmaßnahmen werden bei Fortschritt der Erkrankung zunehmend wichtiger, wie z. B. das Entfernen von Behinderungen auf dem Weg zur Toilette, die Montage starker Haltegriffe rund um die Toilette, sehr gutes Licht und eine Toilettentüre, die einfach zu öffnen ist. Der Sperrmechanismus sollte auch von außen zu öffnen sein!

Nutzen Sie die Pflegeberatung des Hilfswerks!

Informieren Sie sich unverbindlich unter 0800 800 820 (gebührenfrei aus ganz Österreich) oder unter pflegekompass.hilfswerk.at.

