


Harninkontinenz  Ein nicht unbeträchtlicher Anteil der Pflegeheim-Bewohner leidet unter Harninkontinenz. Welche Maßnahmen und Therapien in solchen Fällen helfen können, zeigen pflegewissenschaftliche Studien. Text: Stefan Görres und Gabriel Spieker

Hilfen bei Blasenschwäche



Foto: Werner Krüper

> Inkontinenz ist eine Volkskrankheit. Nach jüngsten Schätzungen leiden rund 40 Prozent der über 70-Jährigen darunter – physisch wie psychisch. Gesellschaftlich betrachtet ist Inkontinenz allerdings seit jeher ein Tabuthema. Gründe genug, nach neuen Lösungen zu suchen.

Beckenbodentraining

Forscher der Ufuk University, der Gulhane Military Medical Academy (beide Ankara/Türkei) und der Girne American University (Girne/Nordzypern) untersuchten in einer Studie pflegewissenschaftlich fundierte Pflegeplanungen zur Behandlung weiblicher Bewohner mit Harninkontinenz gemäß NANDA-I (North American Nursing Diagnosis

Association International), NOC (Nursing Out-comes Classification) und NIC (Nursing Intervention Classification) in fünf Pflegeheimen.

Die Forscher ordneten 32 Bewohner einer Interventionsgruppe (IG) zu, 30

Blasen- oder Beckenbodentraining. Die KG erhielt keine Intervention. Ergebnismessungen mit dem ISI (Incontinence Severity Index), dem UDI-6 (Urinary Distress Inventory-6) und mit I-QQL (Incontinence Quality of Life scale) zeig-

Präventive Maßnahmen zur Vermeidung von Inkontinenz sind weiterhin selten. Stattdessen wird meist mit absorbierendem Material gearbeitet. 

einer Kontrollgruppe (KG). Pflegende erhielten eine Schulung und beobachteten gemeinsam eine Woche lang täglich kontinenzassoziiertes Verhalten der IG – unter anderem nach Maßnahmen wie

ten zu Beginn keine Unterschiede. Monate später verringerten sich allerdings die Symptomatik und die Ausprägung der Harninkontinenz bei der IG, verbunden mit einer höheren Lebensqualität, als

Folge der Trainings. Praktikabilität und Effektivität der Pflegeplanungen finden sich bestätigt.

Muskelstimulationstherapie

Präventive Maßnahmen zur Vermeidung von Inkontinenz sind nach wie vor selten. Überdurchschnittlich oft wird mit absorbierendem Material interveniert statt mit präventiven, tendenziell günstigeren Maßnahmen.

Forscher des Instituts für Pflegewissenschaft der Universität Wien (Österreich) analysierten im diesem Jahr zwei ambulant etablierte Inkontinenztherapien auf die Übertragbarkeit in die stationäre Altenpflege.

Sie teilten 82 von Harninkontinenz betroffene Bewohner aus 22 Pflegeheimen auf zwei Interventionsgruppen (IG 1 und IG 2) auf. Die IG 1 (Teilnehmerzahl: 53) erhielt über drei Monate zweimal wöchentlich je 15 Minuten eine periphere Muskelstimulationstherapie (RPMS). Die IG 2 (Teilnehmerzahl: 29) nahm drei Monate zweimal täglich an einem Beckenbodentraining teil. Die IG 2 führte zudem

Die Studien im Netz

Die Studie von Gencbas, Bebis und Cicek aus dem Jahr 2016 (Ufuk University, Ankara/Türkei; Gulhane Military Medical Academy, Ankara/Türkei; Girne American University, Girne/Zypern) wurde 2017 im „International Journal of Nursing Knowledge“ veröffentlicht. Sie ist online verfügbar unter:

<http://bit.ly/2u9RQcy>

Die Studie von Schrank, Adlbrecht und Mayer aus dem Jahr 2017 (Institut für Pflegewissenschaft der Universität Wien/Österreich) wurde 2017 in der Fachzeitschrift „Gerontologie und Geriatrie“ veröffentlicht. Sie ist online verfügbar unter: **<http://bit.ly/2twLLcz>**

Die Studie von Kohler, Schwarz, Burgstaller et al. aus dem Jahr 2016 (Fachhochschule St.Gallen/Schweiz, Luzerner Hochschule/Schweiz) wurde 2016 in der Fachzeitschrift „Gerontologie und Geriatrie“ veröffentlicht. Sie ist online verfügbar unter:

<http://bit.ly/2t225kw>

einmal pro Woche acht Übungen unter Anleitung aus.

Zu Beginn sowie nach sechs und nach zwölf Wochen wurde mit dem International Consultation on Incontinence Questionnaire-Short Form (ICIQ-SF), dem Incontinence Quality of Life (I-QOL)-Instrument und einem Miktionstagebuch gemessen. Zu Beginn war der Harninkontinenzgrad beider Gruppen im Mittel ähnlich, auch in der zweiten Messung.

Bei Therapieende konnten beide Gruppen die Harninkontinenz reduzieren. Die IG 1 steigerte allerdings die Lebensquali-

Speziell geschulte Pflegekräfte empfinden ihre Arbeit mit dementen und harninkontinenten Bewohnern als weniger belastend.

tät signifikant. Bei sehr starker Harninkontinenz verminderte sich der Materialverbrauch beider Gruppen deutlich, bei den Teilnehmern der IG 1 besonders in der Nacht.

Insgesamt erwies sich die RPMS-Therapie als effektiver.

Schulungen für Pflegekräfte

Schweizer Forscher der Fachhochschulen St. Gallen und Luzern publizierten 2016 eine Studie, die über 14 Monate den Nutzen spezifischer Schulungen und Fallbesprechungen sowohl für Pflegenden (Teilnehmerzahl: 235) bezüglich deren subjektiv empfundener Arbeitsbelastung als auch für an Demenz und Harninkontinenz leidende Bewohner (Teilnehmerzahl: 140) aus sieben Pflegeheimen bezüglich ihrer Kontinenz und ihrer Lebensqualität untersuchte.

Die Forscher unterteilten das Pflegepersonal aufgabenzentriert in zwei Gruppen. In der Gruppe A waren Diplom-Pflegefachkräfte und Pflegekräfte ohne Diplom, in Gruppe B Pflegehilfskräfte. Beide Gruppen erhielten eine Schulung zu Demenz und Inkontinenz. Zusätzlich fanden über sechs Monate Fallbespre-

chungen und diverse Maßnahmen statt.

Die subjektiv empfundene Arbeitsbelastung, der Grad der Harninkontinenz und

die Lebensqualität wurden vor Beginn sowie nach zwei und sechs Monaten sowie am Studienende gemessen. Zusätzliche Messungen wurden nach Schulungen und Fallbesprechungen durchgeführt.

In Gruppe A wurde die Belastung von Pflegenden im Umgang mit Demenz überwiegend niedriger empfunden als in Gruppe B, was die Forscher auf deren geringeren Wissensstand und die unterschiedlichen Ausbildungen und Aufga-

ben zurückführten. Dennoch haben die Schulungen, so das Fazit der Forscher, Wissenslücken geschlossen.

Daher plädieren die Wissenschaftler grundsätzlich für die Initiierung solcher Schulungen in Pflegeheimen. In englischsprachigen und skandinavischen Ländern sind geschulte „nurse continence advisors“ sowohl in der ambulanten als auch in der stationären Pflege im Einsatz. Diese Option empfiehlt sich möglicherweise auch für Einrichtungen in Deutschland.



Gabriel Spieker

ist examinierte Pflegefachkraft und Studierender der Gesundheits- und Politikwissenschaften an der Universität Bremen



Prof. Dr. Stefan Görres

ist Pflegewissenschaftler am Institut für Public Health und Pflegeforschung (IPP) an der Universität Bremen