

Vorbeugung, Diagnose und Therapie

DZ-Forum „Medizin hautnah“: **Großes Interesse** am Informationsangebot zum Thema Inkontinenz und Senkungsbeschwerden.

Düren. „Ich wette, Sie wissen, ob ihre Freundin Blutdrucktabletten nimmt. Aber ob sie wegen Inkontinenz Vorlagen benutzt, das wissen Sie nicht.“ Mit diesen Worten verdeutlichte Dr. Guido Breuer, stellvertretender Chefarzt der Urologie im Krankenhaus Düren, wie tabuisiert Inkontinenz und Senkungsbeschwerden in der Gesellschaft sind – und das, obwohl Millionen Frauen betroffen sind und Milliarden Euro für Vorlagen ausgegeben werden.



Inkontinenz und Senkungsprobleme können sich auf viele verschiedene Arten bemerkbar machen – und sie können ebenso viele Ursachen haben. Die Mediziner kennen verschiedene Lösungen für diese Probleme. Aber sie können nur helfen, wenn betroffene Frauen die Ärzte auch aufsuchen. Genau das passiert bei gesundheitlichen Problemen mit hohem Peinlichkeitsfaktor aber oftmals nicht.

„Dabei brauchen Frauen sich vor der Untersuchung gar keine Sorgen zu machen“, erklärte Dr. Guido Breuer beim DZ-Medizinforum „Hautnah“ im Krankenhaus Düren. Neben einem Fragebogen und einem Protokoll sei es vor allem eine Ultraschalluntersuchung, die den Ärzten zeige, wo das Problem liegt. Urologie und Gynäkologie des Dürener Krankenhauses seien auf diese Untersuchungsmethode seit langem besonders spezialisiert. „Der Vorteil



Informierten beim Forum „Medizin hautnah“ über das Thema „Inkontinenz – Prävention, Diagnose und Therapie“: Thomas Prell (AOK), Petra Sammans (Physiotherapeutin), Sarah Maria Berners (DZ-Redakteurin, Moderatorin), Dr. Heike Matz (Chefarztin der Frauenklinik), Dr. Guido Breuer (stellvertretender Chefarzt der Urologie) und Christof Börgermann (Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Urologie).
Foto: Krankenhaus Düren

dieses schmerzfreien Verfahrens ist das zeitgleiche Untersuchen aller an der Kontinenz beteiligten Strukturen wie Blase, Scheide, Enddarm, Beckenbodenmuskel und Schließmuskel. Und das sowohl in ‚Ruhe‘ als auch bei ‚Belastung‘ wie Husten oder Pressen“, verdeutlichte Breuer. Die Ärzte können so schnell sehen, wie sie den Patientinnen helfen können. Bei dieser Untersuchung könnten die Patientinnen den Beckenboden erleben und erfahren – und dabei könnten fehlerhaft durchgeführte Beckenbodenübungen eindrücklich verdeutlicht werden.

Denn um Inkontinenz und Senkungsbeschwerden vorzubeugen und zu therapieren, ist eine Be-

ckenbodengymnastik nur unter fachlicher Anleitung empfehlenswert. „Im Internet veröffentlichte Übungen sind oftmals eher schädlich“, erklärte Physiotherapeutin Petra Sammans den mehr als 120 Zuhörern. Das gilt auch für die im Vorbericht dieser Zeitung misslicherweise veröffentlichte Abbildung einer Übung. Die Therapeutin verdeutlichte, dass es neben gezielten Übungen auch darauf ankäme, den Beckenboden im Alltag zu schonen – durch richtiges Heben und eine gute Haltung auf der Toilette beispielsweise: „Beim Pipimachen und beim Stuhlgang müssen Sie entspannen. Pressmanöver belasten den Beckenboden.“ Beim Niesen sollten Frauen den

Kopf zur Seite drehen, um den Druck zu minimieren.

Wenn Gymnastik bei Inkontinenz und Senkungsproblemen oder gar Scheidenvorfällen nicht mehr hilft, gibt es eine Bandbreite von Hilfsmitteln, mit denen die Beschwerden gelindert werden können – etwa durch das Einführen von stützenden „Tampons“ oder Würfeln.

Aber auch mit Hormonsalben und Operationen können die Mediziner helfen. „Dabei können wir in vielen Fällen durch die Scheide operieren oder mit minimalinvasiven Eingriffen helfen, also ohne den Bauch zu öffnen“, erläuterte Dr. Heike Matz, die Chefarztin der Frauenklinik. Dabei wisse sie, dass

auch beim Thema Hormonsalben die Skepsis oft groß sei. „Aber geringe Dosierungen können schon viel bewirken.“

Die Besucher der Veranstaltung nutzten die Gelegenheit auch, um viele Fragen zu stellen. „Wichtig ist, dass sie den Arzt ihres Vertrauens aufsuchen, wenn sie Beschwerden haben, die sie in irgendeiner Form belasten“, betonten die Mediziner. Diese könnten dann eine entsprechende Überweisung ausstellen. „Dann sei eine gemeinsame Behandlung durch Urologen und Gynäkologen wichtig, um die Patientinnen bestmöglich zu therapieren“, betonte der ärztliche Direktor des Krankenhauses, Dr. Christof Börgermann. (red)