

Eine Posteraktion des Fachteams DM zu den 5 geriatrischen No-Go's der Pflege

Evidenzbasierte Interventionen zur Unterstützung der Urinausscheidung bei älteren Menschen

Sandra Senn (Pflegeexpertin DM), Aline Mettler (Fachverantwortung DM), Miriam Hugentobler (Fachverantwortung DM)

Hintergrund

In der Schweiz leidet knapp jede fünfte Person ab 65 Jahren an Urininkontinenz. Weil Betroffene aufgrund von Schamgefühlen selten darüber sprechen, bleibt die Urininkontinenz oft über viele Jahre unentdeckt und unbehandelt. Die Urininkontinenz schränkt die Lebensqualität ein und kann zu Folgeerkrankungen wie Harnwegsinfektionen führen.



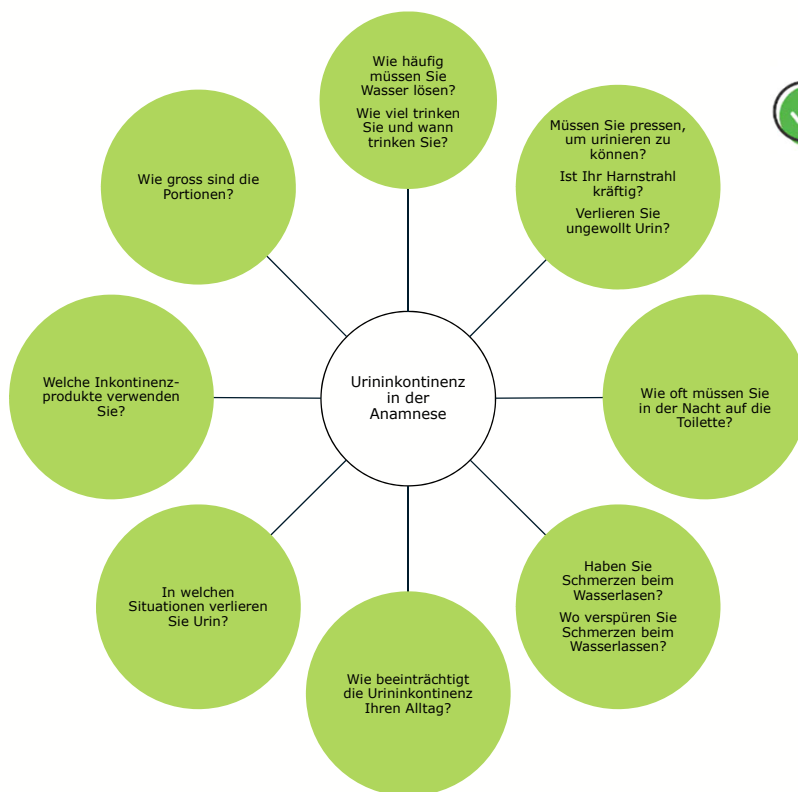
DON'Ts

No Go: Lege oder belasse keinen Urinkatheter ohne spezifische Indikation



DOs

Do's: Enttabuisiere Urininkontinenz & beuge Harnwegsinfektionen vor



Enttabuisiere Urininkontinenz!



Vermeide Harnwegsinfektionen !

- Regelmässige vollständige Blasenentleerung durch Toilettentraining zu individuell festgelegten Zeiten
- Koffeingenuss einschränken (nicht mehr als 2 Tassen pro Tag)
- Vermeidung von Dauerkathetern, als Alternative eher Urinalkondom benutzen
- Einmalkatheterisieren bei Harnverhalt
- Auf genügend Trinkmenge achten (1.5 l – 2l täglich, falls keine Trinkmengenrestriktion)
- Stuhlregulation
- Blasenkompressen mit Eukalyptus
- Sidroga Blasen- und Nierentee empfehlen