



LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT, SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

HARNINKONTINENZ BEDEUTET UNFREIWILLIGEN URINVERLUST UND BEZEICHNET, DIE MANGELNDE ODER FEHLENDE FÄHIGKEIT DES KÖRPERS, DEN BLASENHALT SICHER ZU SPEICHERN UND DEN ZEITPUNKT DER ENTLERUNG SELBST ZU BESTIMMEN.

HARNINKONTINENZ, STELT IN UNSERER GESELLSCHAFT EIN TABUISIERTES THEMA DAR.

DIE BELASTUNG FÜR BETROFFENE IST SEHR HOCH!

MIT FREUNDLICHEN GRÜSSEN

IHR TEAM VON PFLEGEDIENST ZOMACK



FRAGEN?

KONTAKTIEREN SIE UNS GERN!

PFLEGEDIENST ZOMACK
TEGERNSEER LANDSTRASSE 150
81539 MÜNCHEN

089/ 45 21 77 63
PFLEGEDIENST.ZOMACK@OUTLOOK.DE

AMBULANTER PFLEGEDIENST



INFORMATIONEN ZUR
FÖRDERUNG DER
HARNKONTINENZ





ALLGEMEINE RISIKOFAKTOREN SIND:

- EIN HOHES ALTER
- NACHLASSENDE GEISTIGE FÄHIGKEITEN
- KÖRPERLICHE EINSCHRÄNKUNGEN MIT NACHLASSENDE R MOBILITÄT
- ERKRANKUNGEN WIE Z.B. PROSTATAVERGÖSSERUNG, SCHLAGANFALL, PARKINSON
- ÖSTROGENMANGEL
- DIE EINNAHME BESTIMMTER MEDIKAMENTE
- VERSTOPFUNG
- BECKENBODENSCHWÄCHEN



WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN:

- TRINKEN SIE AUSREICHEND (1,5-2 LITER PRO TAG)
- SORGEN SIE DAFÜR, DASS DER WEG ZUR TOILETTE FREI VON HINDERNISSEN IST
- ERMITTELN SIE ÜBER EIN AUSSCHIEDUNGSPROTOKOLL IHRE INDIVIDUELLEN AUSSCHEIDUNGSINTERVALLE
- SUCHEN SIE DIE TOILETTE ZU DIESEN INDIVIDUELL FESTGELEGTEN TAGESZEITEN AUF

WAS WIR FÜR SIE TUN KÖNNEN:

- WIR SCHÄTZERN IHR RISIKO ZUR HARNKONTINEZ EIN
- WIR ERMITTELN IHRE KONTINENZPROFILE UND SCHLAGEN IHNEN ZIELPROFILE VOR
- WIR BERATEN SIE INDIVIDUELL ZU MASSNAHMEN DER KONTINENZFÖRDERUNG (Z.B. BLASENTRAINING, TOILETTENTRAINING, UMGANG MIT HILFSMITTELN)
- WIR HELFEN IHNEN BEI DER BESCHAFFUNG VON UND IM UMGANG MIT HILFSMITTELN
- SPRECHEN SIE UNS AUCH BEI STUHLINKONTINENZ AN

