

**Blasenschwäche** kann für Betroffene eine erhebliche Belastung darstellen. Moderne Inkontinenzprodukte bieten Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen individuelle Hilfe.

# Diskreter Schutz

**A**lleine in Deutschland sind zwischen acht und zehn Millionen Frauen von Harninkontinenz betroffen<sup>1</sup>, somit ist das Leiden beim weiblichen Geschlecht weit verbreitet. Etwa eine von drei westeuropäischen Frauen im Alter von 18 bis 75 Jahren erlebt im Laufe ihres Lebens eine gewisse Form von Blasenschwäche.<sup>2</sup> Es plagen sich demnach nicht nur Senioren mit der Problematik, sondern auch elf Prozent der Frauen zwischen 18 und 29 Jahren.<sup>3</sup> Trotz der hohen Prävalenzrate ist das Thema noch immer stark tabuisiert und nur wenige trauen sich, offen über ihre Erkrankung zu reden. Im Beratungsgespräch ist daher ein entsprechendes Feingefühl von PTA und Apotheker gefordert.

**Unwillkürlicher Abgang** Als Harninkontinenz bezeichnet man jeglichen unfreiwilligen Urinverlust,

der als Belastungs- oder Dranginkontinenz auftreten kann. Liegt eine Kombination dieser beiden Formen vor, spricht man von einer sogenannten Mischinkontinenz. Bei der Belastungs- oder Stressinkontinenz kommt es während körperlicher Anstrengungen zu einem Harnverlust, obwohl Betroffene keinen Harndrang verspüren. Typische Auslöser sind Husten, Niesen, Lachen, Treppensteigen oder Sport. Die erhöhte Belastung im Bauchraum verursacht dabei einen Druck auf die Blase, dem der Blasenverschlussapparat einer schwachen Beckenbodenmuskulatur nicht standhalten kann.

Bei der Dranginkontinenz ist der Verschlussapparat intakt, stattdessen liegt eine gestörte Innervierung des Blasenmuskels vor. Dieser zieht sich schon bei einer geringen Füllmenge zusammen und ruft einen plötzlichen, starken Harndrang hervor. Häufig schaffen Betroffene es nicht einmal mehr bis auf die Toilette.

**Nach wie vor ein Tabu** Trotz der relativen Häufigkeit der Blasenschwäche gehen Patientinnen befangen mit ihrer Situation um, reden nicht gerne über das Thema und möchten, dass ihre Erkrankung unentdeckt bleibt. Viele sprechen nicht einmal mit ihrem Partner, ihren Freundinnen oder ihrem Hausarzt über die Problematik. 80 Prozent aller betroffenen Frauen entwickeln außerdem bestimmte Verhaltensmuster, um ihre Erkrankung zu verbergen, etwa durch die Vermeidung von körperlicher Aktivität oder durch die Einschränkung von sozialen Kontakten.<sup>3</sup>





## »Trotz der hohen Prävalenzrate ist das Thema Blasen- schwäche noch immer stark tabuisiert und nur wenige trauen sich, offen über ihre Erkrankung zu reden.«

### **Einfluss auf die Lebensqualität**

Verschiedene Untersuchungen zeigen, dass Harninkontinenz nicht nur unangenehm ist, sondern die Lebensqualität enorm einschränken kann. In der von Always Discreet Professional unterstützten Quality of Life-Studie wurden insgesamt 1203 Frauen mit Blasen Schwäche im Alter von 45 bis 60 Jahren in

Deutschland, Großbritannien, den USA und Frankreich befragt.<sup>4</sup> Die Untersuchung ergab, dass die Erkrankung Einfluss auf verschiedene körperliche und seelische Funktionen nimmt. 36 Prozent der befragten deutschen Frauen erlebten mindestens einmal täglich einen ungewollten Harnverlust. 77 Prozent der befragten Frauen in

Deutschland schilderten, dass ihre Blasen Schwäche sich auf ihre Arbeit sowie ihre täglichen Aktivitäten auswirkt. 38 Prozent der Frauen berichteten, dass die Harninkontinenz das Verhältnis zum Partner negativ beeinflusst. Ein Ergebnis der Quality of Life-Studie ist für das Beratungsgespräch im Apothekenalltag besonders relevant: ►

## AKTION INKONTINENZ

► 82 Prozent der deutschen Frauen verwenden bei Harninkontinenz ungeeignete Produkte und zwar Einlagen, die eigentlich für Monatsblutungen konzipiert sind. Diese sind anders aufgebaut und im Saugvermögen nicht mit speziellen Inkontinenzprodukten vergleichbar, da Urin wesentlich dünnflüssiger ist als Blut.

**Diskrete Hilfsmittel** Mit Always Discreet Professional ist jetzt eine neue Serie von Inkontinenzprodukten erhältlich, die Frauen in unterschiedlichen Lebenssituationen Diskretion, Schutz und bis zu 100 Prozent Geruchsneutralisierung<sup>5</sup> bietet und ihnen somit ein aktives Leben ermöglicht. Sie wurde in Zusammenarbeit mit Apothekern und ihren Kundinnen entwickelt und vereint das Wissen und die Technologie von Always und Pampers. Die Produktreihe beinhaltet Binden zur leichten beziehungsweise moderaten Flüssigkeitsaufnahme bis hin zu Höschchen für eine ausgeprägtere Inkontinenz. „Ich empfehle, je nach Situation verschiedene Stärken zu verwenden.

### HINTERGRUND

Always ist eine bekannte und bewährte Marke im Bereich der Damenhygiene. Das geschmackvolle, feminine Verpackungsdesign orientiert sich bewusst an den Produkten aus diesem Bereich und wird daher nicht zwingend mit Inkontinenzprodukten in Verbindung gebracht. Praktisch ist auch die wiederverschließbare Folienverpackung, denn sie ermöglicht eine diskrete Entsorgung der Always Discreet Professional Binden.

**Besonders dünn** Gemeinsam ist den Produkten von Always Discreet Professional, dass sie über eine ausgezeichnete Absorptionsfähigkeit verfügen. Die Oberfläche ist besonders weich und sorgt dafür, dass die Flüssigkeit schnell aufgenommen

ultra dünn, sogar im nassen Zustand. Ausbeulungen unter eng anliegender Kleidung sind daher kaum zu befürchten.

**OdourLock™-Technologie** Auch die OdourLock™-Technologie<sup>5</sup> kommt den Bedürfnissen der Kundinnen nach Schutz und Diskretion nach. Sie hilft zu vermeiden, dass unangenehme Gerüche nach außen dringen, eine Eigenschaft, die für 72 Prozent der betroffenen Frauen äußerst wichtig ist.<sup>4</sup> Dabei werden die Gerüche nicht einfach nur überdeckt oder durch Absorption gebunden, sondern in geruchsneutrale Komponenten umgewandelt.

**LeakGuards™-Schutzkonturen** Always Discreet Professional Produkte<sup>6</sup> sind außerdem auf voller Länge mit Schutzkonturen, sogenannte LeakGuards™, ausgestattet. Dadurch wird ein Auslaufen an Stellen verhindert, an denen dies am häufigsten vorkommt. ■

Martina Görz,  
PTA und Fachjournalistin (FJS)

### VERSCHIEDENE AUSLÖSER

Die Ursachen einer Blasenschwäche sind vielfältig: Sie reichen von einer schwachen Beckenbodenmuskulatur über Hormonumstellungen, einer gestörten Innervierung der Blase und Begleiterkrankungen bis hin zu Nebenwirkungen von Medikamenten. Eine Schwächung der Beckenbodenmuskulatur kann durch familiäre Veranlagungen, spezielle Situationen wie Schwangerschaft, Geburt oder Übergewicht, durch mangelnde Bewegung oder in Folge des allgemeinen Alterungsprozesses zustande kommen. Die Hormonumstellung in den Wechseljahren geht mit einer verminderten Durchblutung der Harnröhre und der Beckenbodenmuskulatur einher und begünstigt dadurch die Inkontinenz. Obendrein fördern bestimmte Sportarten wie Tennis, Squash oder Basketball den plötzlich eintretenden Harnverlust. Raten Sie Ihren Kunden daher zu Aktivitäten, welche die Blase nicht zusätzlich beeinträchtigen, wie zum Beispiel Walken, Yoga, Radfahren oder Gymnastik.

Dünne Einlagen sind zum Beispiel für den täglichen Einsatz meist ausreichend“, rät Gynäkologin Prof. Dr. Dr. Elisabeth Merkle. „Bei stärkerer Inkontinenz oder in Situationen, in denen ein Wechsel der Einlage nicht möglich ist, sind saugfähigere Einlagen oder Höschchen angebracht.“

und vom Körper weggeleitet wird. Der saugfähige Kern gewährleistet einen dauerhaften Schutz, indem er die Flüssigkeit sofort absorbiert und sicher und zuverlässig einschließt. Er kann das Zwanzigfache seines eigenen Gewichts aufnehmen. Dabei sind die Binden

#### Quellen:

- <sup>1</sup> GfK Befragung unter 40.000 Haushalten im Auftrag von Procter & Gamble in 2013.
- <sup>2</sup> Milsom, I. et al.: In: 4th International Consultation on Incontinence. Recommendations of the International Scientific Committee: evaluation and treatment of urinary incontinence, pelvic organ prolapse, and fecal incontinence, ed. P. Abrams, L. Cardozo, S. Khoury, A. Wein. Paris: Health Publication Ltd (2009).
- <sup>3</sup> Habits and Practices Research (2007). Female Adult Incontinence: UK, France & Germany. (Studie im Auftrag von Procter & Gamble)
- <sup>4</sup> The Impact of Urinary Incontinence on Quality of Life: Results from a survey in France, Germany, the UK and the USA, publiziert im BJUJ online am 24. Juni 2014. <http://online.library.wiley.com/doi/10.1111/bju.12852/abstract>. Die hier genannten Daten beziehen sich auf die deutsche Teilgruppe von 301 Frauen.
- <sup>5</sup> Gültig für das gesamte Always Discreet Professional Sortiment, ausgenommen Pants Super.
- <sup>6</sup> Gültig für das gesamte Always Discreet Professional Sortiment, ausgenommen Binden Small Plus.

# PTA

DIE PTA IN DER APOTHEKE

## KURZQUIZ

### Mitmachen und gewinnen!

Lesen Sie den Artikel ab Seite 78, beantworten Sie alle Fragen und schicken Sie die Antworten per Post, Fax oder E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE

Stichwort: »Inkontinenz«

Postfach 57 09

65047 Wiesbaden

Fax: 06 11/5 85 89-269

E-Mail: [gewinnspiel@pta-aktuell.de](mailto:gewinnspiel@pta-aktuell.de)

Einsendeschluss ist der  
30. April 2015.

Bitte Adresse der  
Apotheke angeben!

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Procter & Gamble GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die Procter & Gamble GmbH weitergegeben wird.

## GEWINNSPIEL

### Inkontinenz



#### 1. Harninkontinenz ...

- A** betrifft nur Frauen ab dem 60. Lebensjahr.
- B** verbessert sich in den Wechseljahren durch die Hormonumstellung.
- C** betrifft etwa eine von drei Frauen im Alter zwischen 18 und 75 Jahren in Westeuropa.

#### 2. Die OdourLock™-Technologie von Always Discreet Professional ...

- A** wandelt Gerüche in geruchsneutrale Moleküle um.
- B** überdeckt Gerüche mit einem Lavendel-Aroma.
- C** fängt die Gerüche für bis zu drei Stunden ein.

#### 3. Was sind LeakGuards™? Es ...

- A** sind Binden, die bei Stressinkontinenz eingesetzt werden.
- B** handelt sich dabei um eine Geruchsneutralisierungstechnologie.
- C** sind Schutzkonturen, die ein Auslaufen dort verhindern, wo es am häufigsten vorkommt.

### Das können Sie gewinnen:

#### 1. bis 20. Preis:

Je eine blaue „New Spark“ Kosmetiktasche von Samsonite. Mit zwei Hauptfächern bietet sie ausreichend Platz für die alltäglichen Dinge und begleitet Sie auch gerne auf Reisen.

