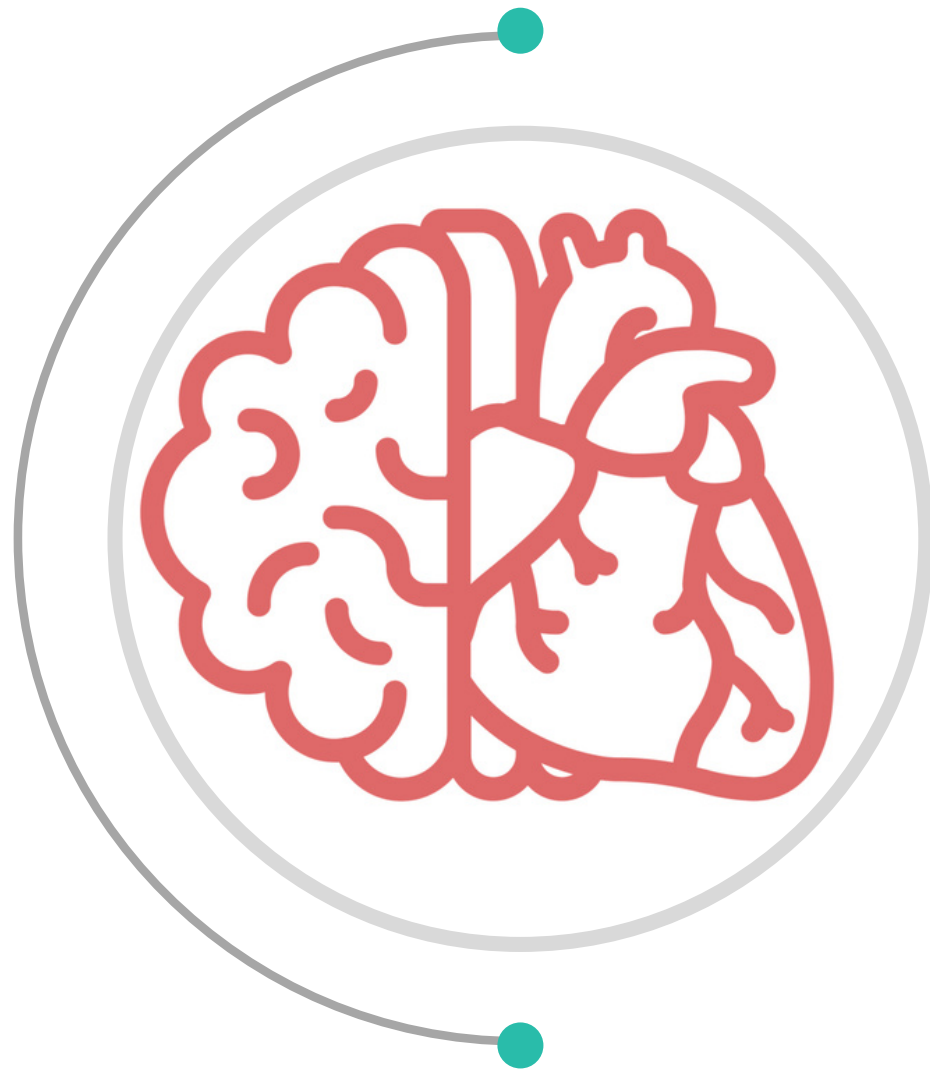




DDD – Auflösung

ANIMUS ACADEMY

“Es ist wieder passiert

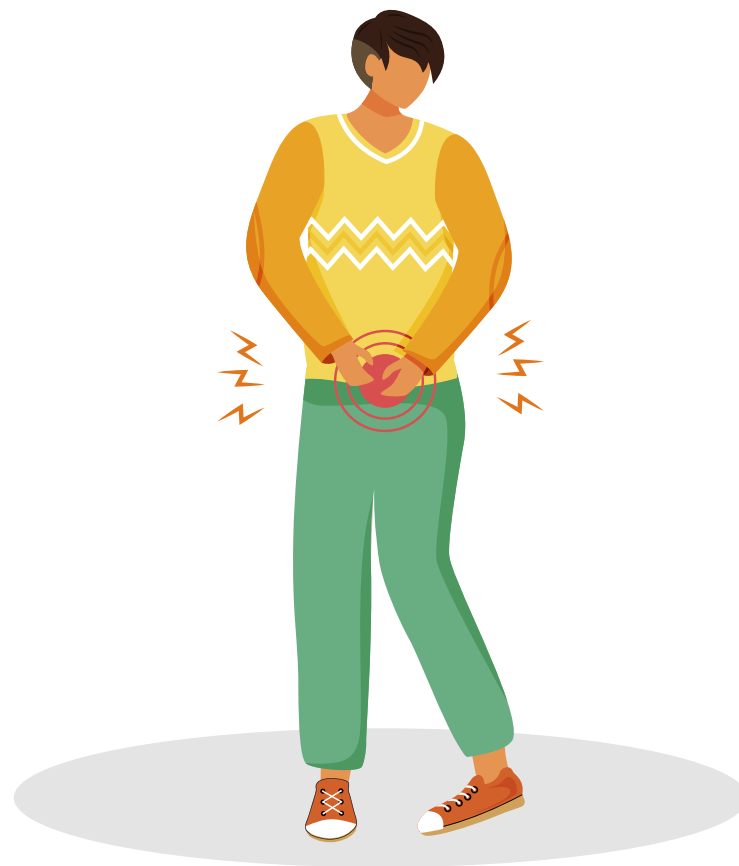
Was wir wissen

- Mutter Monika Moschino (53 J.)
- leidenschaftliche Mama-Bloggerin
- geht neuerdings zum Yoga
- da ist ihr etwas sehr Unangenehmes passiert: wurde feucht in Hose
- unwillk. Urin abgegangen



Ideen?

Woran denken wir?



- alles weist auf Inkontinenz hin... Doch welche?
- Dranginkontinenz -> unwillkürlicher Urinverlust, bei plötzlich vorher oder gleichzeitig auftretenden Dranggefühl
- Belastungsinkontinenz -> unwillk. Urinverlust bei Belastung
- Mischinkontinenz -> Belastungs- und Drangin. -> bei Belastung und auch mit imperativem Harndrang
- Überlaufinkontinenz -> inkomplette Entleerung Harnblase -> erhöhte Restharnmenge -> Überlaufen Blase -> unkontrollierter Harnverlust
- -> Beschwerden isoliert bei Belastung also hier Vermutung, dass es Belastungsinkontinenz ist

Wie geht's weiter?

Die Anamnese

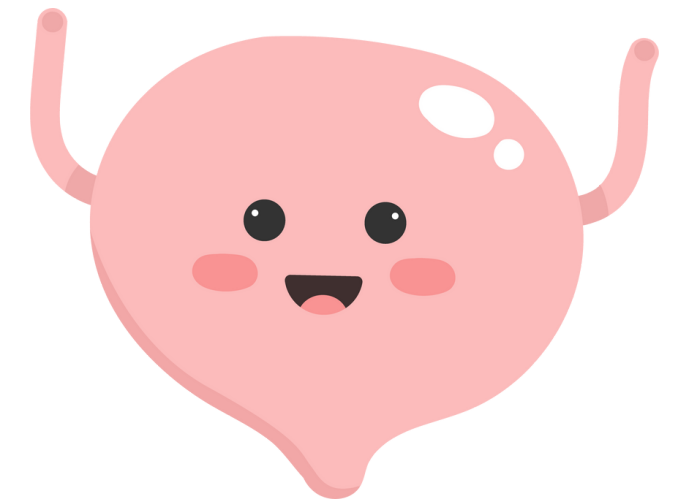
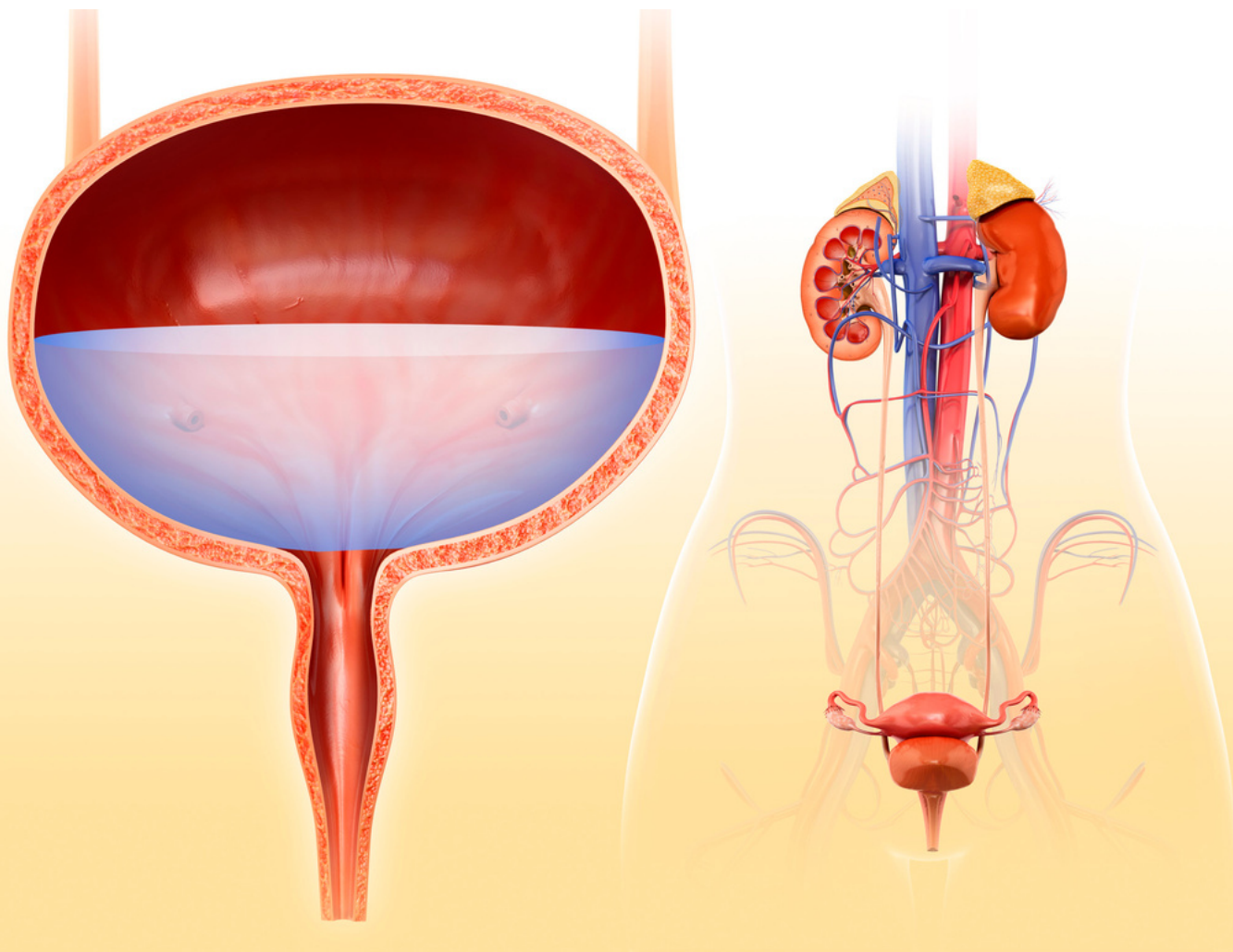
- hat selbst 4 Kinder
- wollte sich jetzt mehr Zeit für sich nehmen
- Yoga sollte sie eigentlich entspannen...zu sehr?
- keine Vorerkrankungen
- Urin sei bei einer Yoga Übung abgegangen
- weiß nicht mehr welche, "irgendein Krieger?"



Diagnostik

Was machen wir?

- Anamnese -> Quantifizierung Urinverlust -> Pad-Test
- Körperl. Untersuchung -> Marshall-Bonney-Test : Pat. hustet -> Urinverlust ja -> mit Klemme von vaginal die Harnröhre anheben -> bei erneutem Husten kein Urin -> Test pos. -> behandelbare Belastungsinkontinenz
- Sono Urogenitaltrakt
- Urodynamik



Im Fokus

Belastungsinkontinenz

- Frauen > Männer
- ungewollter Urinverlust in Belastungssituationen ohne Harndrang
- Ursachen:
- BG/ Muskelschwäche
- urogenitaler Deszensus
- HWI
- permanente schwere körperliche Belastung
- Adipositas, Raucher -> Änderung intraabd. Druckverhältnisse
- -> Unsere Mutti hat 4 Kinder, plus postmenopausal



Im Fokus

Stadieneinteilung

- Grad 1:
- Urinverlust bei plötzlichem Anstieg des abdominellen Drucks (z.B. Husten, Niesen, Lachen) und schwerer körperlicher Belastung (Heben)
- Grad 2:
- Urinverlust bei geringer Belastung (z.B. Gehen, Aufstehen von einem Stuhl oder aus dem Bett)
- Grad 3:
- Urinverlust unabhängig von Belastung oder Körperposition (z.B. im Liegen)

THERAPIE

Belastungsinkontinenz Grad 1

- Konservativ
- Gewicht runter
- regelmäßige Miktion
- keine erhöhte Flüssigkeitszufuhr
- Beckenbodentraining
- schwere körperl. Arbeit vermeiden

Prognose:





Verlauf“

- Mutter Monika Moschino natürlich alles andere als begeistert
- nimmt sich aber nun regelmäßig Yoga Kurse speziell zum Beckenbodentraining
- Kontinenz wird immer besser und sie kann bald schon wieder beschwerdefrei am Alltag teilnehmen

leichter lernen mit animus