

Kontinenz bezeichnet die Fähigkeiten,

- den Harn zurückzuhalten und die Blase kontrolliert zu entleeren,
- den Stuhlgang und Darmgase zurückzuhalten und den Darm kontrolliert zu entleeren.

Bei Inkontinenz sind diese Fähigkeiten eingeschränkt. Inkontinenz hat kein einheitliches Erscheinungsbild. Sie wird vielmehr durch verschiedene Erkrankungen ausgelöst und kann unterschiedliche Ursachen haben. Harn- und Stuhlinkontinenz, im Volksmund auch Blasen- und Darmschwäche genannt, wird als eine Einschränkung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens wahrgenommen. Sie kann sich aber zu einer Erkrankung ausweiten, wenn sie nicht behandelt wird. Außerdem ist sie eine der häufigsten altersunabhängigen Begleiterscheinungen zum Beispiel bei chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (durch erhöhten Druck im Bauchraum), Diabetes, Multipler Sklerose, Schlaganfall und Parkinson.

Harninkontinenz

Harninkontinenz bezeichnet den unbeabsichtigten/unwillkürlichen Harnverlust. Die Kontrolle über die Blasenentleerung ist gestört. Häufige Ursachen sind Schwangerschaft, Geburt, Menopause, Bestrahlungen im Beckenbereich, operative Eingriffe, Übergewicht, Hirnverletzungen oder Verletzungen der Wirbelsäule. Zu den häufigsten Formen der Harninkontinenz gehören:

- Dranginkontinenz (starkes Harndranggefühl im Zusammenhang mit einem unwillkürlichen Harnverlust)
- Belastungsinkontinenz (unwillkürlicher Harnverlust bei körperlichen Anstrengungen)
- Überlaufinkontinenz (fehlende oder unzureichende Blasenentleerung führt zu Harntropfeln)
- Reflexinkontinenz (unwillkürlicher Harnverlust ohne Harndrang)

Stuhlinkontinenz

Stuhlinkontinenz bedeutet ungewollter und oft unbemerkter Stuhlabgang. Häufige Ursachen sind Durchfall und chronisch entzündliche Erkrankungen des Darms oder der Analregion, Darm-Motilitätsstörungen (Bewegungsstörungen des Darmtraktes), Verstopfung, nachlassende Elastizität von Muskeln und Bindegewebe oder Schädigungen des Schließmuskels und/oder der Anahaut.

Eine besondere Form der Inkontinenz ist die neurogene Blasen-/Darmstörung. Grundsätzlich wird das Entleeren von Harnblase und Darm durch Willenskraft vom Gehirn über das Nervensystem gesteuert. Wenn die Nerven- und Leitungsbahnen zur Steuerung dieser Organe unterbrochen oder beeinträchtigt sind, können die Botschaften der Blase und/oder des Darms nicht an das Gehirn weitergeleitet werden (z. B. bei neurologischen Erkrankungen, Fehlbildungen und Verletzungen des Rückenmarks oder Nervenschädigungen). Betroffene spüren dadurch nicht, dass Blase oder Darm gefüllt sind. Je nach Form der neurogenen Entleerungsstörung entleeren sich Blase und/oder Darm entweder unwillkürlich oder sie müssen durch Katheterisierung der Blase beziehungsweise durch Irrigation des Darms (Darmspülung) manuell entleert werden.

