

Physiotherapeutischer Diagnostikbogen bei Blasenfunktionsstörungen



Name: _____ Datum: _____

Diagnose: _____

Beruf: _____ Überweisender Arzt: _____

Aktuelles Hauptproblem mit eigenen Worten formuliert:

1. Wie und wann ist Ihre Blasenfunktionsstörung aufgetreten?

Plötzlich, evtl. auslösendes Ereignis

Allmählich zunehmend seit

2. Wie oft urinieren Sie ungefähr?

Tagsüber: _____ Nachts: _____

3. Wieviel Flüssigkeit nehmen Sie ungefähr täglich zu sich?

4. Leiden Sie unter unfreiwilligem Harnabgang?

- Nein (bitte weiter bei Punkt 10)
- Ja

5. Wenn ja, bei welcher Gelegenheit?

- Husten, Niesen, Lachen
- Sport wie: _____
- Bei Veränderungen der Körperposition, wie Aufstehen / Setzen
- Nachts
- Bei Harndrang
- Ohne jeden Anlass

6. Wie oft verlieren Sie Urin?

- Jeden Monat
- Jede Woche
- Jeden Tag
- Permanent

7. Wie groß sind die Mengen, die unfreiwillig abgehen?

- Einige Tropfen
- Spritzer
- Größere Mengen

8. Benutzen Sie Hilfsmittel, um Harnverlust aufzufangen?

- | | | |
|---|----------------------------|------------------------------|
| <input type="radio"/> Einlagen: Größe _____ | <input type="radio"/> Tags | <input type="radio"/> Nachts |
| <input type="radio"/> Inkontinenzhose | <input type="radio"/> Tags | <input type="radio"/> Nachts |
| <input type="radio"/> Kondomurinal | <input type="radio"/> Tags | <input type="radio"/> Nachts |

9. Gibt es Strategien, die Ihnen helfen den Urinverlust zu reduzieren?

10. Welche Aussagen treffen für Sie zu?

Ich...

- ..spüre, wenn meine Blase voll ist.
- ..presse, um meine Blase zu entleeren.
- ..habe das Gefühl, meine Blase entleert sich nicht vollständig.
- ..habe häufigen Harndrang.
- ..kann meinen Harndrang nicht gut aufschieben.
- ..erreiche die Toilette nicht immer trocken.
- ..gehe häufig vorsorglich zur Toilette.
- ..reduziere die Trinkmenge, um Harndrang oder Harnverlust zu vermeiden.
- ..habe Schmerzen beim Wasserlassen.
- ..habe häufige Harnwegsinfektionen.

11. Wie würden Sie Ihren Harnstrahl beurteilen?

- Schwach
- Tröpfelt nach
- Verzögert
- Normal

12. Wurden in Ihrer Bauch- und Beckenregion bereits Operationen durchgeführt?

13. Sozialanamnese

Berufliche Situation:

- Arbeitsstress:
- einseitige Körperhaltung:
- schweres Heben:

Private Situation:

- Außergewöhnliche Belastungen? - Pflege eines Angehörigen?
- Gartenarbeit? - Psychische Belastungen? sonstige?

Treiben Sie Sport? Welche Sportarten? Wie oft?

Langes Sitzen

ja nein

14. Schwangerschaften und Geburten

Haben sie Kinder geboren?

nein 1 2 3 4 5

Geburtsjahr(e) _____

Kinder über 4000 g: _____

Hatten Sie Mehrlingsgeburten?

ja nein

Geburt(en) durch Kaiserschnitt?

ja nein

Darmschnitt? / Darmriss?

ja nein

15. Zyklus/Menopause?

Haben sie noch Ihre Periode?

ja nein

Beginn der Menopause – im Alter von Jahren

Nehmen Sie Hormonpräparate?

ja

nein

Nehmen Sie andere Medikamente?

16. Chronische Erkrankungen

Leiden Sie unter Allergien / chronischen Erkrankungen der Atemwege?

ja

nein

wenn ja, welche? _____

verbunden mit häufigem: Husten? Niesen?

Leiden Sie unter anderen chronischen Erkrankungen?

Welche? _____

17. Hatten sie schon einmal Beckenbodentraining und / oder kennen Sie bereits Übungen für den Beckenboden?

Nennen Sie ein oder zwei Übungen:

Sonstige Anmerkungen

Diagnostik zur Unterscheidung der Inkontinenzarten:

Das Entleerungsprotokoll:

Uhrzeit	Flüssigkeitsaufnahme; Menge und Art der Flüssigkeit	Abgabe von Urin, Menge in Sekunden, Dringlichkeit (sehr, normal, gar keine - nur aus Gewohnheit)	Unfreiwilliger Urinverlust (kleine, mittlere, große Menge)	Stuhlgang oder Stuhl-inkontinenz
6 Uhr				
7 Uhr				
8 Uhr				
9 Uhr				
10 Uhr				
11 Uhr				
12 Uhr				
13 Uhr				
14 Uhr				
15 Uhr				
16 Uhr				
17 Uhr				
18 Uhr				

19 Uhr

20 Uhr

21 Uhr

22 Uhr

23 Uhr

0 - 6 Uhr

Viele inkontinente Patienten schränken ihre Flüssigkeitsaufnahme stark ein, um die Kontrolle über die Ausscheidungen zu behalten. Dies kann ebenso zu gesundheitlichen Problemen führen. Normal ist eine Trinkmenge von 6-8 Gläsern pro Tag, also ca. 2,5 Liter Flüssigkeit. Normales Urinieren findet alle 2-3 Stunden, ca. 6-8 mal am Tag statt.

Inkontinenz ist häufig ein soziales und hygienisches Problem, welches zu Depressionen, Schlafstörungen und sozialer Isolation führen kann. Nicht selten verletzen sich Personen, die aufgrund der Inkontinenz schnell zur Toilette hetzen oder mit dem Ausziehen der Kleidung nicht nachkommen. Brüche sind keine Seltenheit.

Patienten sollten wissen, dass stark zucker- und koffeinhaltige Getränke und scharfgewürzte Speisen harntreibend sind. Auf diese sollten, wenn möglich, verzichtet werden. Auch bestimmte Medikamente (z.B. Antidepressiva, Neuroleptika) führen zur Inkontinenz.