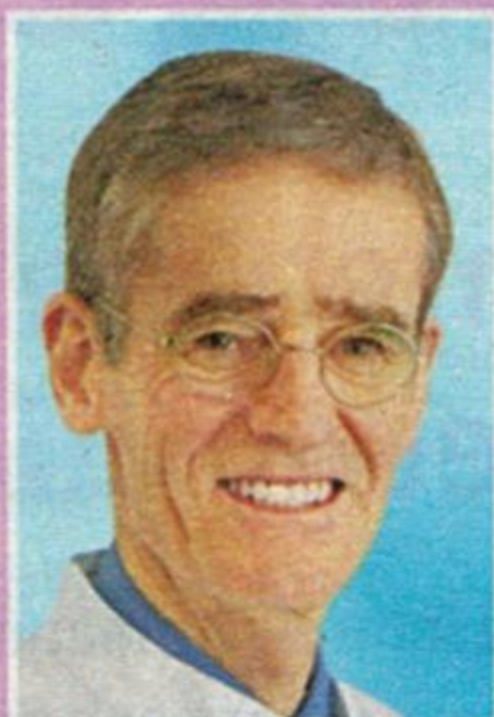


Inkontinenz



**Prof. Dr.
Klaus-Peter
Jünemann (56)**

Der Urologe ist Erster Vorsitzender der Deutschen Kontinenz Gesellschaft.

96 Kontroll-Verlust

Passiert es Ihnen häufiger, dass Sie beim Heben, Niesen oder Lachen unkontrolliert Urin verlieren? Dann leiden Sie höchstwahrscheinlich an einer Belastungsinkontinenz.

Ursache ist meist eine geschwächte Beckenbodenmuskulatur. Lassen Sie das vom Gynäkologen abklären.

97 Hilfsmittel

Inkontinenz-Slips oder -Einlagen (Apotheke/Sanitätshaus) sorgen im Alltag für Sicherheit. Die Kosten übernimmt Ihre Krankenkasse.

98 Beckenboden-Gymnastik

Mit speziellem und kontinuierlichem Training kann die Beckenbodenmuskulatur wieder gestärkt werden. Adressen finden Sie unter www.kontinenz-gesellschaft.de.

99 Wann muss operiert werden?

Wenn Gymnastik und Medikamente keinen Erfolg haben. Bei der TVT-OP („Tension-free Vaginal Tape“) z. B. wird ein Kunststoffband vor die Harnröhre gelegt. Der Blasenschließmuskel öffnet sich dann weniger leicht.