

VORAB-PRESSEMITTEILUNG

Tabu brechen - Lassen Sie uns über Inkontinenz sprechen.

Inkontinenz betrifft allein in Deutschland etwa zehn Millionen Menschen.

Köln, 12. Juni 2023: Bis zu 25 Prozent der Frauen in Deutschland sind inkontinent. Männer sind weniger häufig betroffen, dennoch leiden auch etwa elf Prozent aller Männer in Deutschland darunter. Inkontinenz ist eine der häufigsten Volkskrankheiten, die mit physiotherapeutischer Hilfe gut in den Griff zu bekommen ist.

Zum internationalen Tag der Inkontinenz am 30. Juni soll etwas in den Focus rücken, was häufig verschwiegen wird. Dabei könnte bei größerer Offenheit mit falschen Vorstellungen und Vorurteilen über Harninkontinenz aufgeräumt werden. Mit einer größeren Bereitschaft offen darüber zu sprechen, könnte den Betroffenen enorm geholfen werden. „Inkontinenz ist kein normaler Bestandteil des allgemeinen Alterungsprozesses. Eine Behandlung ist sowohl notwendig als auch erfolgsversprechend. Auch mit Prävention kann viel erreicht werden, „betont Ulrike Gumbmann, Leiterin der Arbeitsgemeinschaft Gynäkologie, Geburtshilfe, Urologie und Proktologie (AG GGUP) im Deutschen Verband für Physiotherapie.

Von einem Großteil der Betroffenen wird Inkontinenz als ein zu geringfügiges Problem angesehen, um sich deswegen in medizinische Behandlung zu begeben. Dabei kann gerade Physiotherapie in der Gynäkologie, Geburtshilfe, Urologie und Proktologie einen wertvollen Beitrag leisten. Speziell ausgebildete Physiotherapeutinnen haben funktionelle Kenntnisse über anatomische und physiologische Zusammenhänge zwischen Beckenboden, Bauchmuskulatur, Rückenmuskulatur und Zwerchfell.

Infolge der Tabuisierung des Symptoms variieren die Angaben zur Häufigkeit (Prävalenz) der Probleme mit Inkontinenz zwischen fünf und über 50 Prozent – Tendenz steigend. Aktuell erhalten viele von Inkontinenz Betroffene keinerlei professionelle Hilfe. Präventionsangebote existieren so gut wie nicht. So unangenehm Inkontinenz ist – in vielen Fällen lässt sie sich gut behandeln oder zumindest lindern. Wichtig ist es, sich einem Arzt anzuvertrauen und offen über das Thema zu sprechen. Je nach Ursache der Inkontinenz stehen verschiedene Therapien zur Verfügung. Dazu gehören Medikamente, Toilettentraining, Beckenbodenübungen unter Anleitung eines Physiotherapeuten oder einer Physiotherapeutin oder in einigen Fällen ein operativer Eingriff.

Ulrike Gumbmann, Leiterin der AG GGUP erklärt: „Es gibt Übungen, die leicht in den Alltag zu integrieren sind, doch dazu braucht es eine gute Anleitung einer Physiotherapeutin oder eines Physiotherapeuten und anschließende Kontrolle. Mein

Ziel ist es, nach sechs bis zehn Sitzungen die Patientin oder den Patienten mit dem guten Gefühl zu entlassen, dass sie wissen, was sie tun und hilfreiche Bewegungsabläufe verinnerlicht haben. "Die Ursachen für eine Erkrankung sind sehr verschieden und können in neurologischen Erkrankungen, aber auch in Veränderungen der Blase oder umliegender Organe liegen. Der erste Schritt muss jedoch sein – darüber reden, denn es läuft nicht, wenn es läuft.

Bei speziellen Fragen zum Thema Inkontinenz wenden Sie sich gerne per E-Mail an die Arbeitsgemeinschaft GGUP im Deutschen Verband für Physiotherapie unter ag-ggup@physio-deutschland.de.

Über den Deutschen Verband für Physiotherapie:

Der Deutsche Verband für Physiotherapie e. V. – PHYSIO-DEUTSCHLAND - bildet die Dachorganisation von mehr als 25.000 Mitgliedern in neun Landesverbänden. Der Verband vertritt die berufspolitischen und fachlichen Interessen der freiberuflichen und angestellten Physiotherapeuten sowie der Schüler*innen und Studierenden. Er ist der einzige deutsche Berufsverband für Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten, der im Weltverband der Physiotherapeuten und damit in internationalen Fachorganisationen Sitz und Stimme hat. Wir setzen uns für die Qualität in Aus-, Fort- und Weiterbildung ein und sind bestrebt, die akademische Ausbildung von Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten in Deutschland umzusetzen.

Umfangreiche Informationen rund um die Physiotherapie finden Interessierte auf der Patienten-Seite der Verbandshomepage unter <https://www.physio-deutschland.de/patienten-interessierte.html>

Gerne stehen wir für Interview- und Presseanfragen rund um die Physiotherapie zur Verfügung!

Kontakt:

Telefon: 0221 981 027-0

E-Mail: info@physio-deutschland.de

Internet: www.physio-deutschland.de