

- **Urinuntersuchung**
- **Blutanalyse**

**Weitergehende Diagnostik im Einzelfall:**

- **Ausscheidungsurografie**
- **Urethrozystoskopie und Zystoskopie**
- **urodynamische Untersuchung**
- **Röntgenaufnahme mit Kontrastmittelgabe**

Sie sollten stets nachfragen, wenn Sie etwas nicht verstanden haben oder Ihnen die Antworten und Erklärungen des Arztes unklar sind.

Wenn der Arzt eine Therapie vorschlägt, sollte er diese mit Ihnen ausführlich besprechen.

Sind bei Ihnen Fragen offen, dann gilt auch hier: Nachfragen!

Auf jeden Fall sollten diese Fragen geklärt werden:

- **Welches Ergebnis ist durch die Behandlung zu erwarten?**
- **Mit welchen Nebenwirkungen und Komplikationen muss ich eventuell rechnen?**
- **Wie lange wird die Behandlung voraussichtlich dauern?**
- **Wie muss ich die Medikamente einnehmen bzw. aufbewahren?**
- **Darf ich während der Behandlung bzw. nach einer Operation meinen normalen Lebensgewohnheiten nachgehen?**
- **Vertragen sich die Medikamente mit meinen bereits einzunehmenden Medikamenten?**

Geben Sie dem Arzt eine Rückmeldung, wenn bei Ihnen die verordnete Therapie nicht anschlägt oder es zu unangenehmen Nebenwirkungen kommt. Nur so kann Ihr Arzt die Therapie verändern oder noch individueller anpassen.

**In KONTAKT**

**Inkontinenz  
Selbsthilfe e.V.**

Geschäftsstelle

**Matthias Zeisberger**  
Berlinerstrasse 13 – 15

**35415 Pohlheim**

info@inkotreff.de

Volksbank Mittelhessen eG  
Konto: 46 22 44 00  
BLZ: 513 900 00



[www.inkontinenz-selbsthilfe.de](http://www.inkontinenz-selbsthilfe.de)

überreicht durch :



## Der Arztbesuch

Angst, Scham und Verdrängung begleiten sehr viele Menschen, wenn sie unter Inkontinenzsymptomen im wahrsten Sinne des Wortes leiden.

Wir wissen, wie schwer es fallen kann, den ersten Schritt zu wagen, um sich einer Ärztin oder einem Arzt anzuvertrauen.

Dennoch lässt sich dieser Schritt nicht aufschieben. Inkontinenz ist nicht selten dynamisch. Dies bedeutet, dass sich Kontinenzprobleme schnell verschlechtern können.

Inkontinenz ist immer nur ein Symptom.

Ihr Körper teilt Ihnen auf diese Weise mit, dass mit ihm etwas nicht stimmt. Ähnlich wie der Schmerz ist die Inkontinenz also ein Warnsignal, und dieses sollten Sie nicht ignorieren.

Trotz evtl. bestehender Ängste sollten Sie dem Arzt alle Ihre Beschwerden schildern und nichts verschweigen!

Inkontinenz zeigt sich in unterschiedlichen Formen und die Ursachen von unwillkürlichem Urinverlust sind vielfältig. Deshalb sollten sich Betroffene direkt an einen erfahrenen Arzt wenden. Bei Inkontinenzsymptomen ist dies der Urologe, also der Facharzt für die Blase und die ableitenden Harnwege.

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Behandlungsmöglichkeiten und Inkontinenz ist heutzutage in sehr vielen Fällen heil oder zumindest deutlich besserbar!

**Wir möchten Sie ermutigen und auf den Arztbesuch vorbereiten, indem wir Ihnen einige Ratschläge an die Hand geben.**

Woran Sie vor einem Arztbesuch denken sollten:

Schon bei der Terminvereinbarung können Sie einige Fragen im Vorfeld klären:

- **Muss ich nüchtern sein?**  
( Essen, Trinken )
- **Gegebenenfalls: Darf ich vorher meine Medikamente einnehmen?**
- **Soll ich meine Blase vor der Untersuchung entleeren?**
- **Gibt es sonst etwas, was ich beachten muss?**

### Zum Arztbesuch sollten Sie mitbringen:

- **Versichertenkarte**
- **Überweisung vom Hausarzt**

### Und falls vorhanden:

- **Vorbefunde**
- **Krankenhausberichte aus der letzten Zeit**
- **Operationsberichte**
- **Röntgenbefunde (gegebenenfalls auch die Bilder)**
- **Ultraschallbefunde**
- **Laborbefunde**
- **Arztberichte von anderen Ärzten**

Der Arzt wird zunächst eine Anamnese erstellen. Durch gezielte Fragen wird der Arzt Ihr Beschwerdebild erfassen, eingrenzen und ggfls. von anderen Beschwerdebildern abgrenzen.

Die Anamnese ist die Grundlage für eine weiterführende Diagnostik und Behandlung. So wird Sie Ihr Arzt evtl. fragen, ob Sie unter Anstrengung Urin verlieren oder unter

heftigem, nicht kontrollierbarem Harndrang leiden.

Männern wird häufig die Frage gestellt, ob der Urinstrahl in letzter Zeit schwächer geworden ist, da dies auf eine Prostatavergrößerung schließen lässt.

Sie helfen Ihrem Arzt bei der Diagnostik, wenn Sie von sich aus auf Veränderungen ihres Körpers hinweisen.

Keine Angst, die oftmals gefürchtete Blasenspiegelung steht zumeist erst ganz am Ende der Diagnostik und kommt auch nur dann zum Einsatz, wenn andere, weniger belastende Diagnostikverfahren kein oder ein nur unzureichendes Bild ergeben.

Bei Frauen findet zumeist eine gynäkologische Untersuchung statt. Dabei wird geprüft, ob sich Gebärmutter und Scheide gesenkt haben. Zudem wird der Beckenboden in seiner Beschaffenheit beurteilt.

Bei Männern erfolgt oftmals die rektale Untersuchung der Prostata. Diese Untersuchung wird von vielen als unangenehm empfunden, auch sie ist nicht schmerzhaft, zur Diagnosestellung, aber immer noch die wichtigste manuelle Untersuchung.

Im Anschluss an die körperliche Untersuchung folgen unter Umständen:

- **Ultraschalluntersuchung der Blase, der Harnwege und der Nieren**