

# Inkontinenz

DARÜBER REDEN STATT DARUNTER LEIDEN

INFORMATIONSTAG FÜR BETROFFENE UND ANGEHÖRIGE



© Bild: Brigitte Thonhauser-Merk

**Eintritt  
frei!**

10.00–12.00 Uhr Vorträge  
12.00–13.00 Uhr Persönliche Beratung

**28. Juni 2013**  
**ab 09.45 Uhr**

Kulturzentrum Perchtoldsdorf



## Trotz Inkontinenz wieder zurück im Leben

Inkontinenz ist ein Problem, über das kaum gesprochen wird, obwohl relativ viele Menschen davon betroffen sind. So leiden laut offiziellen Erhebungen mindestens **10% der Bevölkerung an Harninkontinenz und ca. 5% an Stuhlinkontinenz** – Dunkelziffern nicht eingerechnet.

**Mit dem ungewollten Verlust von Harn oder Stuhl beginnt für die Betroffenen ein Teufelskreis.**

Man geniert sich und will nicht darüber sprechen, ein Gang zum Arzt wird häufig vermieden und oft erfolgt der Rückzug von gesellschaftlichen Anlässen, da „das peinliche Missgeschick“ jederzeit wieder auftreten könnte. So wird die Inkontinenz zum „heimlichen Leiden“ und ein erfülltes Leben scheint kaum noch möglich zu sein.

**Aus diesen Gründen muss den von Inkontinenz betroffenen Menschen aktiv jede Möglichkeit geboten werden, Hilfe zu suchen und zu bekommen.**

**Der Informationstag am Freitag, 28. Juni 2013 ab 09.45 Uhr im Kulturzentrum Perchtoldsdorf, dient genau diesem Zweck und soll den Teufelskreis des „heimlichen Leidens“ durchbrechen.**

Prof. Dr. Max Wunderlich  
Präsident der MKÖ

## Programm

für die „Gesunde Gemeinde“ Perchtoldsdorf

**Freitag, 28. Juni 2013, Kulturzentrum Perchtoldsdorf**

**Moderation:** 1. Teil: C. Stelzhammer, 2. Teil: M. Wunderlich

<b>10.00 Uhr</b>	<b>Begrüßung:</b> M. Wunderlich, Bgm. M. Schuster
10.05 Uhr	„Die schwache Blase von Kind und Mann“ <i>Mons Fischer</i>
10.20 Uhr	„Ich kann den Stuhl nicht halten – warum?“ <i>Max Wunderlich</i>
10.35 Uhr	„Stuhlinkontinenz – es gibt Hilfe!“ <i>Ingrid Haunold</i>
<b>PAUSE mit Buffet</b>	
11.05 Uhr	„Harnverlust der Frau – ein lösbares Problem“ <i>Andrea Dunzl</i>
11.20 Uhr	„Beckenboden – Sicherheit durch Training“ <i>Christine Stelzhammer</i>
11.35 Uhr	„Richtig essen – gesunder Darm“ <i>Annemarie Brunec</i>
<b>11.50 Uhr</b>	<b>Schlussbemerkungen und Instruktionen des Publikums für die Beratungen</b>
12.00 bis 13.00 Uhr	Diskrete und persönliche Beratung von Betroffenen und Angehörigen durch die Vortragenden in Kojen/an Tischen.