



01 PROBLEME MIT DER BLASENKONTROLLE?

WENN SIE PROBLEME MIT DER BLASENKONTROLLE HABEN, LASSEN SIE SICH HELFEN SIE MÜSSEN SICH NICHT DAMIT ABFINDEN

Sie sind nicht allein. Über 3,8 Millionen Australier haben Probleme mit der Blasenkontrolle.

Probleme mit der Blasenkontrolle können sowohl bei Frauen als auch Männern aller Altersgruppen auftreten.

Wenn Sie nichts unternehmen, verschwindet das Problem nicht einfach von selbst.

Probleme mit der Blasenkontrolle können unter Kontrolle gebracht, behandelt und sogar ganz geheilt werden.

Hilfe ist verfügbar. Sie können die Kontrolle wiedererlangen.

HABEN SIE PROBLEME MIT DER BLASENKONTROLLE?

Machen Sie sich manchmal nass, wenn Sie husten, lachen oder niesen?

Machen Sie sich manchmal nass, wenn Sie etwas Schweres aufheben?

Machen Sie sich manchmal nass, wenn Sie sich sportlich betätigen?

Müssen Sie sich manchmal beeilen, um rechtzeitig zur Toilette zu kommen?

Schaffen Sie es manchmal nicht, rechtzeitig zur Toilette zu kommen?

Sind Sie oft nervös, weil Sie befürchten, die Kontrolle über Ihre Blase zu verlieren?

Wachen Sie mehr als zweimal pro Nacht auf, um zur Toilette zu gehen?

Planen Sie Ihren Tag im Hinblick darauf, wo sich die nächst gelegene Toilette befindet?

Haben Sie manchmal das Gefühl, dass Ihre Blase nicht vollständig entleert ist?

Machen Sie sich manchmal nass, wenn Sie aus sitzender oder liegender Stellung aufstehen?

PROBLEME MIT DER BLASENKONTROLLE?

SUCHEN SIE HILFE

Wenn Sie eine dieser Fragen mit "ja" beantwortet haben, kann es sein, dass Sie an Problemen mit der Blasenkontrolle leiden.

Ihr Arzt, Physiotherapeut oder Kontinenzpfleger kann Ihnen bei Ihren Problemen mit der Blasenkontrolle behilflich sein.

Rufen Sie das Expertenberatungspersonal [Expert Advisors] bei der Nationalen Telefonauskunftsstelle für Kontinenz [Continence Helpline] an und erhalten Sie kostenlose:

- Informationen;
- Ratschläge; und
- Merkblätter.

Kostenlose Telefonnummer 1800 33 00 66 (8:00 Uhr bis 20:00 Uhr, Montags bis Freitags), oder

Besuchen Sie diese Webseite: www.bladderbowel.gov.au

Die Telefonauskunftsstelle wird über die National Continence Management Strategy der Commonwealth-Regierung finanziert und durch die Continence Foundation of Australia verwaltet.

Geltende Gebühren werden für Anrufe von Mobiltelefonen berechnet.

