



**WHY DO PEOPLE WITH DEMENTIA HAVE TROUBLE WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?**

People with dementia have memory loss and may be confused and not know where they are. This can cause or make bladder and bowel control problems worse.

**People with dementia may have trouble with:**

- "Holding on" until they get to the toilet.
- Finding the toilet.
- Knowing they need to unzip or pull down their pants when going to the toilet.
- Being away from home at places where they don't know where the toilet is.
- Knowing when their bladder or bowel is empty.
- Being aware of the need to pass urine or empty their bowels.
- Urinating or opening their bowels in places they should not.
- Depression, anxiety or stress, or illness, which may make bladder and bowel control problems worse.

**CAN ANYTHING BE DONE FOR PEOPLE WITH DEMENTIA WHO HAVE TROUBLE WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?**

**Yes!**

While dementia may rule out some treatments, there are ways to provide comfort and dignity.

**There are some broad rules for working in a helpful way with people with dementia:**

- Listen with care and respond to the person.
- Get rid of clutter. Keep the space around them simple and well known to them.
- Show respect and sincere care.

**Check bladder and bowel control**

Seek help from their doctor, physiotherapist, or continence nurse.

A bladder and bowel control check up will include a physical check and questions about when, where and why problems happen.

The carer is often the best person to give the details needed to check bladder and bowel control, such as:

- the time the person goes to the toilet and/or leaks;

**WAAROM HEBBEN MENSEN MET DEMENTIE PROBLEMEN MET DE BEHEERSING VAN HUN BLAAS EN DARMEN?**

Mensen die dementie hebben, lijden aan geheugenverlies en ze kunnen verward zijn en niet weten waar ze zijn. Dit kan problemen met de beheersing van blaas en darmen veroorzaken of verergeren.

**Mensen met dementie kunnen moeite hebben met:**

- Het "ophouden" totdat ze naar het toilet gaan.
- Het vinden van het toilet.
- Onthouden dat ze hun gulp moeten openen of hun broek naar beneden moeten doen als ze naar het toilet gaan.
- Het weg zijn uit hun eigen omgeving en op een plaats zijn waar ze niet weten waar het toilet is.
- Weten wanneer hun blaas of darmen leeg zijn.
- Zich bewust zijn van de behoefte om te plassen of zich te ontlasten.
- Plassen of stoelgang op plaatsen waar ze dat niet zouden moeten doen.
- Depressie, angst, spanning of ziekte, waardoor problemen met de beheersing van blaas en darmen erger kunnen worden.

**KAN ER IETS GEDAAN WORDEN VOOR MENSEN MET DEMENTIE DIE PROBLEMEN HEBBEN MET DE BEHEERSING VAN BLAAS EN DARMEN?**

**Ja!**

Hoewel sommige behandelingsmethodes niet mogelijk zijn bij dementiepatiënten, zijn er altijd manieren om hen te steunen en bij te dragen aan hun waardigheid.

**Er zijn een aantal algemene regels waarmee op nuttige wijze gewerkt kan worden met mensen met dementie:**

- Luister zorgvuldig en geef de persoon antwoord.
- Ruim op. Houd de ruimte om hen heen overzichtelijk en bekend voor hen.
- Toon hen respect en oprechte zorg.

**Onderzoek de beheersing van blaas en darmen**

Vraag de hulp van hun arts, fysiotherapeut of een incontinentieverpleegkundige.

Een onderzoek van beheersing van blaas en darmen omvat een lichamelijk onderzoek en het stellen van vragen over wanneer, waar en waarom er problemen zijn.

De mantelzorger is vaak de aangewezen persoon om de nodige gegevens te verstrekken over de beheersing van blaas en darmen, zoals:

- het tijdstip waarop de persoon naar het toilet gaat en/of wanneer de persoon urine of ontlasting verliest;





- how wet the person is:  
**minor** = underwear is damp;  
**moderate** = skirt or trousers are wet; or  
**severe** = chair, floor or bed is flooded; and
- when and how often they open their bowels.

#### Manage poor bladder and bowel control

- Treat the cause of the problem. Their doctor, physiotherapist or continence nurse can help find the causes and suggest how to treat them.
- Review medicines. Medicines may help, but they can also make people more confused, and make bladder and bowel control problems worse.
- Make sure the person with dementia drinks 1.5 - 2 litres of fluid per day (unless a doctor says this is not okay). Drinking water can help treat bladder infections, make the bowels work better and keep the bladder healthy. Coffee, tea and cola have a lot of caffeine, which can upset the bladder and make the bladder harder to control. Try to cut down on how many of these drinks they have.
- Treat constipation. Make sure they eat lots of fruits and vegetables, drink lots of water through the day, and stay active.
- Watch for signs they want to go to the toilet. Ask them to use the toilet at the times you think they most often go or are most often wet. If you note the time this happens you will be able to see if it gets better.
- If they have trouble with zips and buttons, change to track suits, trousers with elastic waists, or use Velcro.
- Keep the way to the toilet clear. Don't leave things in the way that might make it hard to get to the toilet. A night light may help. Make the toilet door easy to see.
- Think about using community resources to help with the load of caring for a person with dementia – such as laundry, shopping and respite care.

Bladder management products such as pads and pants may improve quality of life. You may be able to get some help to cover the cost of these products. Advice on whether you are able to receive this help and the types of products you can get can be found on the National Continence Helpline (Free call\* 1800 33 00 66). These things may reduce how often bladder and bowel mishaps occur and how bad they are.

- hoe nat de persoon is:  
**weinig** = het ondergoed is vochtig;  
**matig** = rok of broek zijn nat;  
**ernstig** = stoel, vloer of bed zijn kletsnat; en
- wanneer en hoe vaak de persoon stoelgang heeft.

#### Het aanpakken van slechte beheersing van blaas en darmen

- Behandel de oorzaak van het probleem. Een arts, fysiotherapeut of incontinentieverpleegkundige kan helpen met het vinden van de oorzaken en suggesties doen voor de behandeling.
- Herevalueer de gebruikte medicijnen. Medicijnen kunnen helpen, maar ze kunnen mensen ook nog verwarder maken, en zo het probleem van de beheersing van blaas en darmen verergeren.
- Zorg ervoor dat de persoon die dementie heeft 6 tot 8 glazen water per dag drinkt (tenzij een dokter zegt dat dit niet goed is). Water drinken kan helpen bij het behandelen van blaasontstekingen, het laat de darmen beter werken en het houdt de blaas gezond. Koffie, thee en cola bevatten veel cafeïne, wat de blaas kan verstoren en de beheersing van de blaas moeilijker kan maken. Probeer de consumptie van deze dranken te verminderen.
- Behandel constipatie. Zorg ervoor dat de demente persoon veel groente en fruit eet, gedurende de hele dag veel water drinkt en in beweging blijft.
- Let op tekens dat de persoon naar het toilet wil gaan. Vraag hem of haar naar het toilet te gaan op de tijdstippen waarop u denkt dat hij of zij meestal gaat of urine verliest. Als u de tijden noteert dat dit gebeurt, kunt u vaststellen of het verbetert.
- Als de persoon moeite heeft met ritsen en knopen, kunt u een joggingbroek, broek met elastiek om het middel of klittenband proberen.
- Houd de weg naar het toilet vrij. Laat geen dingen in de weg staan die het de persoon moeilijk maakt om bij het toilet te komen. Een nachtlamp kan helpen. Zorg dat de toiletdeur goed zichtbaar is.
- Overweeg het invoeren van de hulp van zorgverleners om bij te staan in de last van het zorgen voor een persoon met dementie - zoals de was doen, winkelen en respijtzorg.

Producten voor blaasproblemen zoals luiers en broeken kunnen de kwaliteit van leven doen toenemen. Mogelijk kunt u hulp krijgen om de kosten van deze producten te dekken. Advies over het al dan niet krijgen van kostenvergoeding voor deze producten kunt u krijgen via de National Continence Hotline (gratis nummer\* 1800 33 00 66). Deze oplossingen kunnen het aantal ongelukjes met blaas en darmen doen afnemen en ook de ernst daarvan.





**CAN MEDICINE HELP WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?**

**Yes!**

- Antibiotics may be given to treat a bladder infection.
- Hormone replacement therapy (tablets, patches or creams) may make it easier for post menopausal women to control their bladder.
- Tablets to relax the bladder may be given to settle an upset bladder, so it can store more urine. This can cut down the number of times the person needs to go to the toilet.
- Some medicines may cause bladder and bowel control problems, or make them worse. Medicines should be checked by a doctor, to see if any need to be changed.
- Some medicines for bladder and bowel control problems may cause problems like dry mouth, constipation, poor balance and lack of energy. For people with dementia, there is also a risk they may get more confused. Use of medicines should be watched with care by their doctor. Tell the doctor about any problems the medicines cause.

**SEEK HELP**

Qualified nurses are available if you call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66\* (Monday to Friday, between 8.00am to 8.00pm Australian Eastern Standard Time) for free:

- Information;
- Advice; and
- Leaflets.

If you have difficulty speaking or understanding English you can access the Helpline through the free Telephone Interpreter Service on 13 14 50. The phone will be answered in English, so please name the language you speak and wait on the phone. You will be connected to an interpreter who speaks your language. Tell the interpreter you wish to call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66. Wait on the phone to be connected and the interpreter will assist you to speak with a continence nurse advisor. All calls are confidential.

Visit [bladderbowel.gov.au](http://bladderbowel.gov.au) or [continence.org.au/other-languages](http://continence.org.au/other-languages)

\* Calls from mobile telephones are charged at applicable rates.

**KUNNEN MEDICIJNEN HELPEN BIJ DE BEHEERSING VAN BLAAS EN DARMEN?**

**Ja!**

- Antibiotica kan voorgeschreven worden om een blaasontsteking te behandelen.
- Hormoonvervangings therapie (tabletten, pleisters of crèmes) kunnen voor vrouwen die de overgang gepasseerd zijn het makkelijker maken hun blaas te beheersen.
- Tabletten om de blaas te ontspannen kunnen gegeven worden om een verstoorde blaas tot rust te brengen, zodat deze meer urine kan bevatten. Hierdoor kan het aantal keren afnemen dat iemand naar het toilet moet.
- Sommige medicijnen kunnen beheersingsproblemen van blaas en darmen veroorzaken, of ze verergeren. De medicijnen moeten gecontroleerd worden door een arts om te bezien of er iets veranderd moet worden.
- Bepaalde medicijnen voor beheersingsproblemen van blaas en darmen kunnen een droge mond, constipatie, slecht evenwicht en gebrek aan energie veroorzaken. Mensen met dementie lopen het risico dat ze nog verwarder worden. Medicijngebruik moet zorgvuldig door de arts bekeken worden. Laat de arts het weten als er problemen met medicijnen zijn.

**VRAAG OM HULP**

Gediplomeerde verpleegkundigen staan tot uw dienst als u de National Continence Helpline belt op 1800 33 00 66\* (maandag t/m vrijdag van 8 uur 's ochtends tot 8 uur 's avonds Australian Eastern Standard Time) voor gratis:

- Informatie;
- Advies; en
- Folders.

Als u moeite hebt met de Engelse taal kunt u contact opnemen met de Helpline door de telefonische tolkdienst te gebruiken. Bel 13 14 50. Eerst zal iemand uw telefoontje in het Engels beantwoorden, waarna u de taal zegt die u spreekt en even blijft hangen. U wordt doorverbonden met een tolk die uw taal spreekt, waarna u hen vertelt dat u de National Continence Helpline wil bellen op 1800 33 00 66. Wacht totdat u doorverbonden bent waarna de tolk u zal helpen bij het gesprek met de deskundige incontinentieverpleegkundige. Alle gesprekken zijn vertrouwelijk.

Ga naar [bladderbowel.gov.au](http://bladderbowel.gov.au) of [continence.org.au/other-languages](http://continence.org.au/other-languages)

\* Voor binnenkomende gesprekken met een mobiel geldt het normale tarief.

