

Pad-Test (Vorlagentest)

Damit wir den Schweregrad Ihrer Harninkontinenz objektivieren können, ist bei Ihnen ein Pad-Test (Pad bedeutet im Englischen Vorlage) geplant. Dieser Test dauert nur eine Stunde.

1. Zunächst die Blase auf der Toilette möglichst vollständig entleeren, danach erfolgt eine sonographische Restharnkontrolle.
2. Sie bekommen nun eine Vorlage von uns, die gewogen wird. Diese legen Sie nun entsprechend in Ihre Unterhose.
3. Im Anschluss bitte innerhalb von 15 min ca. 500 ml Wasser trinken und wenn möglich sitzen bleiben.
4. Danach 30 min gehen und Treppen steigen.
5. Zum Abschluss müssen Sie, Ihrem Gesundheitszustand natürlich angepasst, nun über 15 min folgende Übungen machen:
 - 10 Mal hinsetzen und wieder aufstehen
 - 10 Mal kräftig husten
 - 1 Minute auf der Stelle laufen bzw. schnell gehen
 - 5 Mal Gegenstände vom Fußboden aufheben
 - 1 Minute unter laufendem kaltem Wasser die Hände waschen

Bitte überreichen Sie uns final nun Ihre benutzte Vorlage, damit wir diese erneut wiegen können. Die Differenz der beiden Gewichte entspricht damit Ihrem Urinverlust pro Stunde.

Vorher	Zeit	Vorlagengewicht
Nachher	Zeit	Vorlagengewicht

Urinverlust in Gramm/Stunde = _____

Auswertung:

- Inkontinenz Grad I < 2 g Urinverlust/h
- Inkontinenz Grad II 2 – 10 g Urinverlust/h
- Inkontinenz Grad III 10 – 50 g Urinverlust/h
- Inkontinenz Grad IV >50 g Urinverlust/h

Klassifikation der Deutschen Kontinenz Gesellschaft:

- sporadische Inkontinenz bis 10 ml Urinverlust/h
- belastende Inkontinenz bis 25 ml Urinverlust/h
- schwere Inkontinenz bis 50 ml Urinverlust/h
- absolute Inkontinenz über 50 ml Urinverlust/h