

## Entfernen:

Zum Entfernen des Würfels geht man folgendermaßen vor: Die eine Hand zieht den Würfel am Faden soweit herunter, bis ein deutlicher Widerstand zu spüren ist. Mit dem Zeigefinger (und Mittelfinger) der anderen Hand umfährt man den nun gut erreichbaren Würfel, kippt und wendet ihn an den griffigen Kanten seitwärts und nach unten bei gleichbleibend leichtem Fadenzug – kurz: man hebelt den Würfel mühelos und schmerzfrei heraus.

## Reinigung:

Die Reinigung des Würfels sollte nur unter fließendem Wasser erfolgen. Sterilisieren oder langes Liegenlassen in Desinfektionslösungen nutzen nichts und schaden eventuell dem Material.

## Und im Alter?

Bei älteren Frauen, die den Würfel nicht mehr selbst regelmäßig entfernen können, läßt man den Würfel länger in der Scheide. Er wird dann alle 4 -6 Wochen in der Praxis entfernt, gesäubert und nach Behandlung der Scheide wieder eingesetzt.

## Hilfsmittel

Das Würfelpessar ist ein Hilfsmittel, das von der Krankenkasse bezahlt wird. Da ich die Größe anpassen muß, habe ich sie in der Praxis vorrätig. Sie quittieren auf dem Rezept, daß sie das Pessar bekommen haben.

Über die Zuzahlung von 10 % (max. 10 €) bekommen Sie eine Rechnung der Firma VIOMED.

*Detlef Merchel*  
*Frauenarzt*

Schlaunstraße 7, 48301 Nottuln

☎ 02502 / 7629

Fax 02502 / 3361

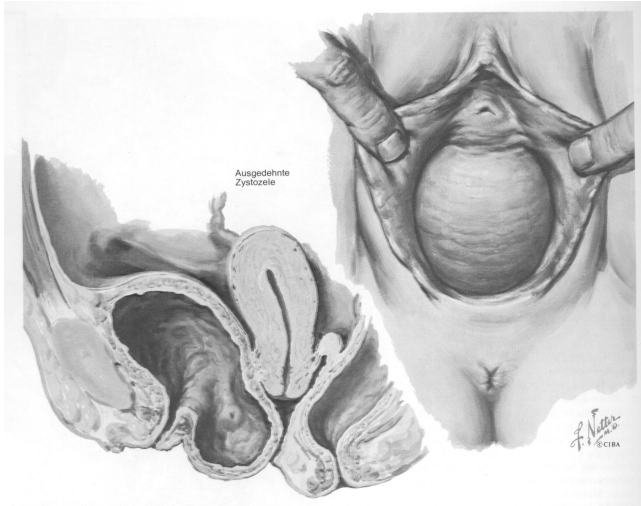
[praxis@praxismerchel.de](mailto:praxis@praxismerchel.de)

[www.praxismerchel.de](http://www.praxismerchel.de)

**Praxisinfo 8**

**Anwendung eines  
Würfelpessars**

# Blasensenkung



Die Senkung der vorderen Scheidenwand ist eine häufige Erkrankung von Frauen. Neben einer allgemeinen Bindegewebsschwäche sind Geburten die Hauptursache. Im Alter führt der Mangel an Östrogenen zusätzlich zu einer Verdünnung der Haut der Scheide.

Folge ist oft eine **Belastungs-Inkontinenz**. Also das Verlieren von Urin bei Druck im Bauch, z.B. beim Husten, Niesen, Hüpfen oder auch schon beim Aufstehen oder schnellem Gehen.

Im Endzustand ist eine Operation zur Erhaltung der Lebensqualität das sinnvollste. Vorher sind aber konservative Therapien oft lange erfolgreich. Beckenbodengymnastik und Übungen mit Kernen verbessern die Situation. Pessare sind Hilfsmittel, die in die Scheide eingesetzt werden und die Senkung vorübergehend aufheben.

# Würfel-Pessar

Das Würfelpessar dient zur Therapie dieser Senkungszustände. Es ist aus medizinischem Silikon hergestellt und in 6 Größen lieferbar.

## Wirkmechanismus:

Das Würfelpessar haftet wie ein Saugnapf an der Scheidenwand. Dadurch erfolgt eine Stabilisierung und Festigung. Die Flexibilität des gewebefreundlichen Materials erleichtert eine Selbstbehandlung.



## Handhabung:

Das Würfelpessar sollte grundsätzlich am Abend entfernt werden und morgens wieder eingesetzt werden. Dadurch können sich die Scheidenwände über Nacht von dem Fremdkörperreiz erholen. Bei älteren Frauen ist es vorteilhaft, eine östrogenhaltige Salbe nach dem Entfernen des Würfels einzuführen und den Würfel morgens damit zu bestreichen. Das Einführen ist dann leichter und das Östrogen sorgt für eine bessere Durchblutung des Gewebes. Bei jüngeren Frauen reicht das Anfeuchten mit Wasser.

## Einsetzen:

zum Einführen selbst stellt man einen Fuß etwas hoch (Fußbank, Bettkante) und schiebt mit der passenden Hand den Würfel soweit wie möglich die Scheide hinauf. Nur dann sitzt der Würfel richtig und drückt nicht.

