



Halsnæs  
Kommune



## INKONTINENSKLINIKKEN

Har du problemer med at holde tæt?

december 2016

*Aktiv Hjælp, Ældre og velfærdsteknologi*

Redelighed  
Helhed  
Mulighed

# **Inkontinensklubben-Et tilbud til borgere med vandladnings- og afføringsproblemer i Halsnæs kommune**

**Inkontinens** er enhver form for ufrivillig vandladning eller afføring.

Har du problemer med

- At du ikke kan holde på urin eller afføring
- At du skal på toilettet mange gange om natten
- At du ikke "når" på toilet i tide
- At du drypper i bukserne når du griner, nyser, eller udøver fysisk aktivitet,

så kan du kontakte Inkontinensklubben.

Du kan også henvende dig med andre vandladnings- eller afførings problemer.

## **Vidste du**

- At inkontinens kan ramme alle – både mænd og kvinder- unge og ældre
- Inkontinens rammer hver 10. person mellem 5 år og 90+
- Mange går i op til 5 år med inkontinens, inden de søger læge
- Kun ca. 3 % af de, der har inkontinens, er under behandling for det
- I gennemsnit bliver 7 ud af 10 fri for inkontinens, når de kommer i behandling.

*[www.inkontinens.dk](http://www.inkontinens.dk)*

## **Inkontinensklinikken**

Inkontinensklinikken i Halsnæs, kan hjælpe dig med

- Råd
- Vejledning
- Udredning
- Hjælpemidler

Hver onsdag sidder to sygeplejefaglige medarbejdere klar til at besvare dine spørgsmål og du har mulighed for at aftale en mødetid i klinikken.

Hjælpen er gratis og kræver ikke henvisning fra din læge

## **Inkontinensklinikken**

**Torvegade 10, venteværelse 4**

**3300 Frederiksværk**

**Telefon 29 41 59 77**

**Hver onsdag fra kl. 9-12**