

Mehr als zehn Millionen - und doch oft allein

10.6.2026 - | Universitätsklinikum Erlangen

Informationen zur Welt-Kontinenz-Woche - Expertinnen beraten bei Telefonaktion am 17. Juni zu Kontinenz und Beckenbodengesundheit.

Harn- oder Stuhlinkontinenz, Beckenbodenschwäche, Senkungsbeschwerden oder Schmerzen: Mehr als zehn Millionen Menschen in Deutschland sind davon betroffen – doch nur die wenigsten sprechen offen darüber. Dabei können Kontinenz- und Beckenbodenbeschwerden in vielen Fällen erfolgreich behandelt werden. Anlässlich der diesjährigen Welt-Kontinenz-Woche bietet das Kontinenz- und Beckenbodenzentrum des Uniklinikums Erlangen wieder eine Telefonaktion an: Am Mittwoch, 17. Juni 2026, stehen drei Expertinnen von 18.00 bis 20.00 Uhr für vertrauliche und kostenfreie Gespräche zur Verfügung. Die Aktion richtet sich an alle Interessierten – unabhängig von Alter und Geschlecht, mit bestehenden Beschwerden oder Fragen zur Vorbeugung.

„Inkontinenz und Beckenbodenbeschwerden sind sehr häufig und in allen Altersgruppen vertreten – trotzdem sind sie für viele Betroffene noch immer ein Tabuthema“, sagt PD Dr. Stefanie Burghaus, leitende Oberärztin der Frauenklinik des Uniklinikums Erlangen. „Wichtig ist: Niemand muss aus Scham allein damit bleiben. Es gibt heute viele Möglichkeiten, Symptome zu lindern und die Lebensqualität wieder zu verbessern.“ Die Ursachen für die Beschwerden sind vielfältig: Eine übermäßige Beanspruchung des Beckenbodens – etwa durch körperlich schwere Arbeit, Schwangerschaft und Geburt, Übergewicht oder chronischen Husten – kann zu Inkontinenz führen. In anderen Fällen handelt es sich um eine Alterserscheinung oder eine angeborene Bindegewebsschwäche.

Beschwerden früh ansprechen

Wie stark Beckenboden- und Kontinenzprobleme den Alltag beeinflussen können, zeigt sich oft erst nach und nach. Manche Betroffene meiden längere Wege, geben Sport oder Hobbys auf oder ziehen sich aus dem sozialen Leben zurück. Auch das Selbstvertrauen leidet häufig darunter. „Gerade deshalb ist es wichtig, frühzeitig Beratung zu suchen“, erklärt PD Dr. Verena Lieb, geschäftsführende Oberärztin der Urologischen und Kinderurologischen Klinik des Uniklinikums Erlangen. Auch vorbeugend lässt sich einiges tun. So wirken regelmäßige Bewegung, ein normales Körpergewicht, der Verzicht auf Tabak, eine ballaststoffreiche Ernährung und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr präventiv. PD Dr. Birgit Bittorf, Leiterin der Koloproktologie in der Chirurgischen Klinik des Uniklinikums Erlangen, betont: „Wer Fragen zum Beckenboden, zur Blase oder auch zum Darm und zur Stuhlinkontinenz hat, sollte sich nicht scheuen, diese zu stellen. Die Telefonaktion bietet dafür einen unkomplizierten und geschützten Rahmen.“

Telefonaktion des Uniklinikums Erlangen

Am Mittwoch, 17. Juni 2026, beantworten die drei Fachärztinnen des Uniklinikums Erlangen, die unter dem Dach des Kontinenz- und Beckenbodenzentrums zusammenarbeiten, von 18.00 bis 20.00 Uhr Fragen zum Thema (In-)Kontinenz. Die Telefonate sind vertraulich.

- PD Dr. Stefanie Burghaus (Frauenklinik), Tel.: 09131 85-40993
- PD Dr. Birgit Bittorf (Chirurgische Klinik), Tel.: 09131 85-40994
- PD Dr. Verena Lieb (Urologische und Kinderurologische Klinik), Tel.: 09131 85-40995

Welt-Kontinenz-Woche

Die Welt-Kontinenz-Woche ist eine jährliche Initiative, die von der World Federation of Incontinence and Pelvic Problems und der International Continence Society ausgerichtet wird. Aktionen, Veranstaltungen und begleitende Presseinformationen sollen eine globale Sichtbarkeit für Inkontinenz und Funktionsstörungen des Beckenbodens schaffen und das Bewusstsein für dieses sensible Thema stärken. In Deutschland wird die Welt-Kontinenz-Woche von der Deutschen Kontinenz Gesellschaft e. V. organisiert und findet dieses Jahr vom 15. bis 21. Juni statt.

Weitere Informationen zum Kontinenz- und Beckenbodenzentrum des Uniklinikums Erlangen:
www.kontinenzzentrum.uk-erlangen.de

Weitere Informationen:

Geschäftsstelle des Kontinenz- und Beckenbodenzentrums

09131 85-42660

[kontinenzzentrum\(at\)uk-erlangen.de](mailto:kontinenzzentrum(at)uk-erlangen.de)

<https://www.uk-erlangen.de/presse/pressemitteilungen/ansicht/detail/mehr-als-zehn-millionen-und-doch-oft-allein>