

**Inkontinens**



**Ringsted**  
Kommune

# Information om Ringsted Kommunes Inkontinensklínik



# Information

Inkontinens kan være et hæmmende problem for dig, skabe bekymringer og have indflydelse på dit velbefindende. I Ringsted Kommune står vi klar til at hjælpe dig med dit problem, hvis du får brug for det.

## Om inkontinens

Inkontinens er enhver form for ufrivillig vandladning eller afføring, eksempelvis hvis:

- Du kan ikke holde på vandet, når du hoster, nyser, griner eller bevæger dig omkring.
- Du kan ikke nå på toilettet i tide pga. kraftig tissetrang og/eller ufrivillig vandladning.
- Du har problemer med at tømme blæren.
- Du oplever forstoppelse eller prutter ufrivilligt.
- Du kan også henvende dig med andre vandladnings- og afføringsproblemer.

## Få hjælp på inkontinensklinikken

På inkontinensklinikken møder du personale med specialviden inden for området. Når du henvender dig, holder vi en konsultation og laver nogle enkle undersøgelser, hvor vi sammen finder ud af hvordan og om vi kan mindske eller afhjælpe dit problem.

Hvis dit inkontinensproblem ikke er afhjulpert efter behandling og træning, kan vi rådgive dig om muligheden for inkontinenshjælpemidler.

## Du kan få adgang til klinikken, hvis

- Du er fyldt 18 år og bosat i Ringsted Kommune.
- Du har vandladnings- eller afføringsproblemer.
- Du allerede anvender et hjælpemiddel for inkontinens og har brug for nye råd og vejledning.
- Du søger et inkontinenshjælpemiddel.

Det er gratis at få en konsultation på inkontinensklinikken, men du skal bestille en tid, inden du kommer.

Du skal selv sørge for transport til klinikken.

### **Vores forventninger til dig**

- At du deltager aktivt i forløbet
- At du er motiveret og selv har lyst til at gøre en indsats for at løse dit problem

### **Fagpersonale og placering**

Kontinenssygeplejersken er på klinikken på Knud Lavard Centret (KLC) tirsdag og torsdag efter forudgående aftale.

Telefontid mandag og onsdag kl. 13-15. tlf. 57628814

Inkontinensfysioterapeut er på klinikken mandag og onsdag efter forudgående aftale.

Tlf. 57 62 83 80 kl. 7.30 – 15.00

Fagpersonalet kan give dig den rette assistance og vejledning til at komme i gang med et forløb.

Adressen på inkontinensklinikken:  
Inkontinensklinikken KLC  
Eksercerpladsen 1  
4100 Ringsted

### **Vil du sende information til Ringsted Kommune?**

Vi opfordrer dig til at skrive til Ringsted Kommune via e-boks, hvis du ønsker at sende os dit cpr.nr., oplysninger om dit helbred, din økonomi eller andre følsomme eller fortrolige oplysninger.

I e-boks skal du klikke på "Skriv ny post" og derefter vælge den afdeling i kommunen, som du vil sende til.

Er du i tvivl, kan du altid vælge "Ringsted Kommune" som modtager (Vælg "Skriv til Myndighedsenheden", for kontakt til inkontinenssygeplejersken og "Sundhed og Træning", for kontakt til Fysioterapeuten).

### **Yderligere information**

Du finder mere information om inkontinensklinikken og hjælpemidler på kommunens hjemmeside:

- <https://ringsted.dk/inkontinensklinik>
- <https://ringsted.dk/borger/omsorg-sundhed/bleer-inkontinens>



**Ringsted**  
Kommune

**Ringsted Kommune**

Social- og Sundhedscenter  
Sundhed & Træning

Knud Lavard Centret  
Eksercerpladsen 1  
4100 Ringsted

Tel.: +45 57 62 79 98

Tel.: +45 57 62 83 80

[www.ringsted.dk](http://www.ringsted.dk)

**Oktober 2022**

Hvis du ønsker at sende følsomme eller fortrolige oplysninger til Ringsted Kommune, eksempelvis dit cpr.nr., oplysninger om dine helbredsforhold eller økonomiske situation kan du gøre det via e-boks.

