

Inkontinence trápí každou druhou ženu Světový týden kontinence vybízí k návštěvě lékaře a vyvrací mýty

Tisková zpráva
15. června 2020

Inkontinence trápí téměř 40 % populace, tedy skoro každého druhého Čecha. Uvádí se, že ženy trpí inkontinencí dvakrát častěji než muži a že 60 % žen trpí během života některým typem inkontinence. „Trend není příznivý. Počet nemocných se spíše zvyšuje. I proto jsme v rámci World Continence Week, který letos připadá na 15. – 22. června, připravili informační kampaň Mýty a fakta, která by tohle často tabuizované téma pomohla více otevřít,“ vysvětluje brněnská uroložka sítě ambulance B. Braun Plus MUDr. Vlasta Vyhnánková, Ph.D.

ZAČÍNÁ TÝDEN KONTINENCE

„World Continence Week“ neboli Světový týden kontinence se koná každoročně, a to už od roku 2008. Vyhláší je Mezinárodní společnost pro kontinenci (ICS – International Continence Society). Týden kontinence upozorňuje na rozšířenost tohoto problému a snaží se zlepšit život všem, kterých se týká. **„V České republice trpí nějakou formou inkontinence více než 36 % lidí nad 15 let. Statistiky uvádějí, že například stresovou inkontinencí trpí asi 20 % žen ve věku kolem 45 let. Přibližně 1 % mužů, kteří podstoupili operaci prostaty kvůli nezhoubnému onemocnění, trpí stresovou inkontinencí rovněž. Bezprostředně po operaci zhoubných nádorů byl výskyt inkontinence zaznamenán u asi 20 % mužů,“ doplňuje Vlasta Vyhnánková.** Hlavní náplní seminářů a aktivit, které se během týdne kontinence konají, je především osvěta tohoto onemocnění, které je bohužel i v dnešní době stále tabuizované a pacienti se o něm stydí mluvit. ICS uvádí, že méně než 40 % lidí se svěří s problematikou úniku moči svému lékaři. **„Lidé svoje potíže bagatelizují a často přichází s problémem, který trvá již léta. Zahodit strach a vyhledat lékaře je správná volba,“ dodává uroložka.** Zástupci Skupiny B. Braun se rozhodli letošního ročníku také zúčastnit a zapojit se tak do celosvětové osvěty.

INKONTINENCE: MÝTY A FAKTA

1. „Na inkontinenci neexistuje lék.“

Inkontinence má řadu léčebných postupů. Od lékařských po nelékařské, preventivní, ochranné a invazivní k neinvazivním, může vyhovovat různým životním stylům a závažnosti. Samoléčba spočívá spíše v úpravě životního stylu. Radíme sem snížení tělesné hmotnosti minimálně o 5 % původní váhy, kontrolu příjmu tekutin (mezi 1,5 – 3 l), stop kouření a fyzickou aktivitu.

2. „Inkontinenci ovládnou, když omezím příjem tekutin.“

Naopak. Inkontinence se s omezením příjmu tekutin zhoršuje. Nízký příjem tekutin způsobuje podráždění močového měchýře. Navíc snižování příjmu tekutin ve skutečnosti snižuje celkovou kapacitu močového měchýře a zhoršuje jeho schopnost zadržovat tekutinu. Důležité jsou však

také typy spotřebovaných tekutin. Je nezbytné omezení bublinkových nápojů a kávových pochutin.

3. „Inkontinence postihuje jen starší populaci.“

Inkontinence trápí pacienty v každém věku. Od dětí až po seniory. Statistiky uvádějí, že během těhotenství trápí nechtěný únik moči až 60 % žen. Po porodu má pak obtíže 32 % žen. Mezi hlavní příčiny nemoci v posledních letech odborníci řadí obezitu, ochabnutí svalstva pánevního dna či močové infekce.

4. „Za problémy s únikem moči bychom se měli stydět.“

Inkontinence postihuje jednoho ze dvou lidí v určitém stádiu života. Jedná se tak o jeden z nejrozšířenějších zdravotních problémů na světě. Proto je dobré se svěřit přátelům, rodině a najít si urologa, kterému můžeme důvěřovat.

VYUŽIJTE TÝDEN KONTINENCE A ZAČNĚTE INKONTINENCI ŘEŠIT

Celosvětový trend zvyšujícího se počtu lidí, kteří trpí únikem moči, má celou řadu příčin. „**Jednou z nich je prodlužování průměrného lidského věku, i když výše věku jistě není jediným faktorem inkontinence u starší populace,**“ vysvětluje uroložka Vlasta Vyhnánková. Dalšími příčinami jsou například genetický vliv, u žen pak těhotenství a porod, kdy dochází k povolení podpůrného aparátu pánevních orgánů. K rozvoji inkontinence přispívají také hormonální změny během menopauzy. U mužů dochází k úniku moči nejčastěji při vrozených vývojových vadách, při onemocnění nebo poškození nervů močového měchýře, úrazu anebo jako následek poranění svěrače operačními zákroky na prostatě. V otázce inkontinence je Česko s vyspělým světem naprosto srovnatelné. „**U žen žádný rozdíl proti zbytku světa nevidíme. Jiná situace je u mužů, kde evidujeme zvyšující se incidenci karcinomu prostaty,**“ doplňuje uroložka. V průběhu Světového týdne kontinence je ideální příležitost poradit se s lékaři a odbornými poradci o svých **problémech**. Týden kontinence přichází po pandemii koronaviru jako na zavolanou. „**V době koronaviru byl počet pacientů tak o 60 % menší. Nicméně Covidem 19 nevymizely ostatní urologické nemoci a je potřeba se o pacienty postarat a kvalitně je vyšetřit,**“ upozorňuje uroložka Vlasta Vyhnánková. V mnoha případech je velmi účinné správné cvičení, které posiluje pánevní dno. Velkou novinkou je také diskrétní řešení pro ženy v podobě intravaginální pomůcky Diveen. Pomůcka se zavádí do pochvy stejně snadno jako menstruační tampon. Přes poševní stěnu podepře močovou trubici a sníží tak četnost „nežádoucích příhod“.

JAK VYŠETŘENÍ PROBÍHÁ

Strach z vyšetření na urologii je zbytečný. Do urologické ambulance se vyplatí zajít, a to nejen během Světového týdne kontinence, ale kdykoliv pacient pociťuje nějaký problém. Dá se tak předejít vážnějším onemocněním. Lékař si s pacientem nejprve důkladně promluví. Pacienta vyšetří pohmatem, mužům prohmatá i prostatu. Vyšetření není bolestivé a netrvá dlouho. Ke stanovení konkrétního onemocnění obvykle lékař využije také laboratorní vyšetření moči a krve. „**V brněnské ambulanci používáme k upřesnění diagnózy ultrazvuk včetně dopplerovského zobrazení. Z přístrojů dále využíváme uroflowmetr, který měří průtok moči a máme také rigidní i flexibilní cystoskop. Brzy toto vybavení doplníme ještě o urodynamickou jednotku. K upřesnění diagnózy slouží hlavně pečlivě odebraná anamnéza pacienta,**“ uvádí uroložka ambulance B. Braun Plus Vlasta Vyhnánková. Konkrétně do brněnské urologické ambulance sídlící v Campusu Brno je možné se objednat bez doporučení praktického lékaře, a to jednoduše telefonicky nebo online.

Více o B. Braun

Koncern B. Braun působí na celosvětovém trhu 180 let a dnes patří k největším výrobcům zdravotnických produktů na světě. Hlavní sídlo je v německém Melsungenu, pobočky má v 64 zemích světa. Skupinu B. Braun CZ/SK tvoří B. Braun Medical (dodavatel zdravotnických prostředků), B. Braun Avitum (provozovatel dialyzačních středisek, odborných ambulancí a domovů pro osoby se zdravotním postižením) a Aesculap Akademie (mezinárodní vzdělávací instituce). Skupina B. Braun v České a Slovenské republice působí od roku 1993 a zaměstnává více než 800 lidí. Charitativní projekt B. Braun pro život podporuje vybrané neziskové organizace i jednotlivce. Patronem projektu je český paralympionik David Drahonínský.

Kontakt na Skupinu B. Braun CZ/SK

Lucie Kocourková | tisková mluvčí

Tel. +420-271 091 313 | Mobil +420-602 167 024 | lucie.kocourkova@bbraun.com