



Močová inkontinence

Table of contents

Co je močová inkontinence?	3
Typy močové inkontinence: Stresová inkontinence /SUI/	3
Posouzení a diagnostika močové inkontinence	4
Režimová opatření u inkontinence	4
Léčba inkontinence léky	4
Stresová inkontinence po operaci prostaty	4
Druhá linie léčby urgentní močové inkontinence	5
Život s močovou inkontinencí	5
Slovníček pojmů	5

Tyto informace byly aktualizovány v listopadu 2014.

Tento leták je součástí EAU Informací pro pacienty o močové inkontinenci. Zahrnuje všeobecné informace o diagnostice a zhodnocení stavu a o dostupných léčebných možnostech. Máte-li jakékoli dotazy o Vašem zdravotním stavu, můžete jej konzultovat se svým lékařem nebo jiným poskytovatelem zdravotních služeb. Žádný leták nenahradí osobní konverzaci s Vaším lékařem.

Tyto informace byly vytvořeny Evropskou urologickou asociací (EAU) ve spolupráci s EAU Sekcí pro ženskou a funkční urologii (ESFFU) a Evropskou asociací urologických sester (EAUN).

Obsah tohoto letáku je v souladu s doporučenými postupy EAU.

Další informace o urologických onemocněních můžete najít na našich webových stránkách: <https://patients.uroweb.org/cz/mocova-inkontinence/>

Autoři příspěvků:

Prof. Dr. Frank van der Aa	Leuven, Belgium
Dr. Jean-Nicolas Cornu	Paris, France
Ms. Sharon Holroyd	Leeds, United Kingdom
Prof. Dr. José Enrique Robles	Navarra, Spain
Ms. Eva Wallace	Dublin, Ireland

Močová inkontinence

Co je močová inkontinence?

Močová inkontinence je nedobrovolný nekontrolovatelný únik moče. Když k tomuto stavu dochází pravidelně, považujeme to za onemocnění. Riziko rozvoje inkontinence stoupá s věkem, ale u mladších jedinců k ní může docházet taky. Častější je u ženské části populace.

Úniky moče jsou doprovázené nepříjemnými pocity, útrapami, co u některých pacientů zamezí vyhledání lékařské odborní pomoci.

Pokud jsou Vaše úniky časté a obtěžují Vás, respektive snižují kvalitu Vašeho života, poté je důležité, abyste vyhledali lékařskou pomoc.

Příčiny vzniku močové inkontinence

- Hormonální deficit
- Oslabení svalů pánevního dna
- Močové infekce
- Benigní zvětšení prostaty

Rizikové faktory rozvoje močové inkontinence:

- Operace malé pánve, nebo prostaty
- Porod, menopauza u žen

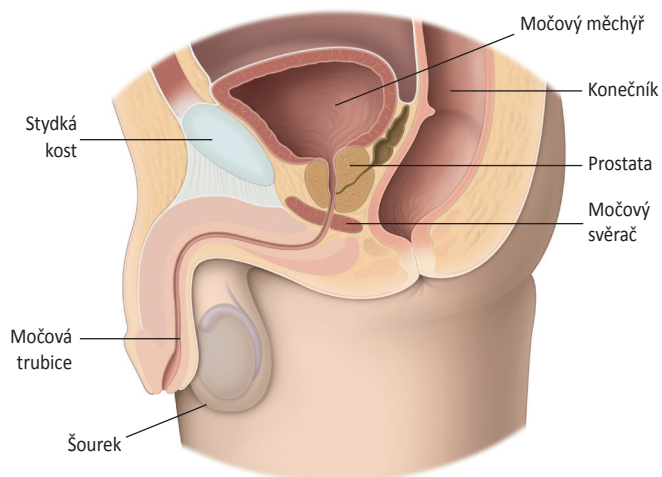
Močová inkontinence se zvyšujícím věkem obvykle zhoršuje, ale ani tak by neměla být považována za přirozenou součást stárnutí.

Typy močové inkontinence: Stresová inkontinence /SUI/

Stresová inkontinence je stav, kdy dochází k únikům moči při určitých aktivitách, jako například:

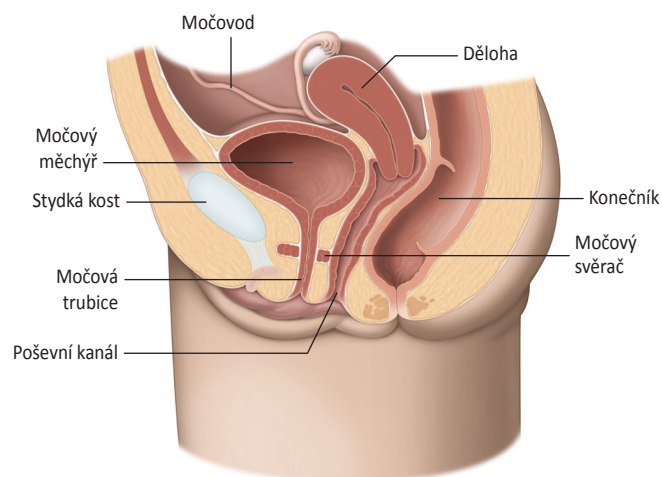
- Kašel, kýchání, smích
- Cvičení, běh, poskakování
- Zvedání těžkých věcí

K tomuto stavu dochází proto, že při popsanych aktivitách se zvýší tlak na močový měchýř. K úniku moče dochází proto, že močová trubice nebo svěrač nevydrží tlak naplněného měchýře.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Obr. 1a: Dolní močové cesty muže.



© 2018 patients.uroweb ALL RIGHTS RESERVED

Obr. 1b: Dolní močové cesty ženy.

Urgentní močová inkontinence

Urgentní močová inkontinence je stav, kdy pocítíte urgentní nucení na močení, které se nedá odložit. Svaly močového měchýře se kontrahují a musíte močit ihned.

Smíšený typ inkontinence

Když se u Vás rozvinou známky stresové i urgentní inkontinence, jedná se o tzv. smíšený typ inkontinence.

Rozhovor s Vaším lékařem

Rozhovor o Vašich obtížích může být nepříjemný, ale pro správnou diagnostiku je nevyhnutný. Neléčená inkontinence může vést k dalším zdravotním problémům jako například

infekce, sexuální poruchy, dále může způsobovat stres nebo deprese. Toto všechno může mít negativní vliv na Váš společenský život, či práci a může vést k izolaci.

Lékař Vám může pomoci zlepšit Vaše obtíže, v některých případech inkontinenci i úplně vyléčit. Lékař musí rozlišit o který typ inkontinence se ve Vašem případě jedná a co ji způsobuje. Toto pomůže při volbě správné léčby.

Váš lékař je ta nejhodnější osoba, se kterou můžete Vaše problémy s inkontinencí konzultovat. Nebojte se s ním probrat všechny Vaše obavy.

Je užitečné dopředu si připravit otázky, na které se chcete Vašeho lékaře zeptat.

Příklady možných otázek:

- Proč se u mě vyskytly tyto obtíže?
- Je nějaká léčba na mé potíže?
- Jaká vyšetření jsou u mě potřebná?
- Jakou léčbu byste mi doporučil a proč?
- Co mohu očekávat v následujících měsících nebo letech pokud se nebudu léčit?
- Co mohu očekávat v následujících měsících nebo letech pokud se budu léčit?
- Pomohou léky zmírnit inkontinenci?
- Jaké jsou vedlejší účinky léků?
- Je u mě nutná operace?
- Jaké operace jsou vhodné v mém případě?
- Kdy mohu očekávat výsledky léčby?
- Jak často budu muset chodit na kontroly k lékaři?

Nemusíte se ptát na všechny tyto otázky, ale vyberte si ty, které jsou pro Vás nejdůležitější.

Posouzení a diagnostika močové inkontinence

Močová inkontinence je problém, který je nutno správně diagnostikovat, aby bylo možno nasadit vhodnou léčbu. Vést rozhovor o úniku moči může být poněkud nepříjemné, je to ale nevyhnutné. Urolog je schopen léčbou zmírnit Vaše obtíže nebo inkontinenci dokonce vyléčit. K léčbě inkontinence je nejprve nutné stanovit, o který typ inkontinence se jedná, aby mohl lékař zvolit vhodný typ léčby.

Režimová opatření u inkontinence

Existuje více způsobů, jak zvládnout úniky moči. Jestli však máte obtíže, které Vás obtěžují a omezují, měli byste vyhledat lékařskou pomoc.

Neexistuje jeden univerzální způsob, jak pomoci všem pacientům s inkontinencí, proto je důležité Vaše obtíže podrobně probrat s praktickým lékařem nebo urologem. Režimová opatření mohou výrazně zmírnit Vaše obtíže a vést ke zlepšení kvality života. Tato opatření zahrnují změnu životního stylu, trénink močového měchýře a posilování svalů pánevního dna. Pokud efekt režimových opatření není dostatečný, dalším krokem je zvážení užívání léku nebo operace.

Léčba inkontinence léky

Léčba inkontinence moči závisí na typu úniku moči, její intenzitě, závažnosti a příčinách. Často se kombinují režimová opatření s užíváním léků. Spolu s Vaším lékařem musíte najít nejhodnější léčbu pro Vás.

Hlavní typy léků v léčbě úniků moči jsou antagonisté muskarinových receptorů (MRAs), mirabegron a estrogen. Dále se používá desmopresin a duloxetine.

Chirurgická léčba stresové inkontinence

Někdy jsou léčba léky nebo režimová opatření u stresové inkontinence nedostatečná. V takovém případě Vám může Váš lékař doporučit chirurgické řešení.

Možnosti chirurgického řešení stresové inkontinence:

- implantace pásky
- komprese močové trubice (zavedení balonku)
- kolposuspenze dle Burche
- výplně (bulking agents)
- umělý svěrač

Společně se svým lékařem můžete zvolit nejhodnější metodu chirurgické léčby. Při rozhodování o vhodné metodě hraje roli věk pacienta, závažnosti inkontinence, závažnost obtíží a zdravotní stav.

Stresová inkontinence po operaci prostaty

Možným rizikem operace prostaty je rozvoj stresové inkontinence (SUI). Toto je dáno umístěním prostaty okolo močové trubice a její funkci při odolávání tlaku naplněného močového měchýře. Po částečném nebo úplném odstranění prostaty může dojít na snížení schopnosti svěrače udržet náplň měchýře.

Mezi nejčastěji používané metody léčby stresové inkontinence po operaci prostaty patří:

- posilování svalů pánevního dna
- implantace pásky

- komprese močové trubice (zavedení balonku)
- umělý svěrač

Druhá linie léčby urgentní močové inkontinence

Někdy jsou u urgentní inkontinence (UUI) léky nebo režimová opatření nedostačující. V těchto případech Vám může lékař nabídnout další možnosti léčby.

Druhá linie léčby urgentní inkontinence:

- injekce botulotoxinu do močového měchýře
- neurostimulace, neuromodulace
- operační zvýšením kapacity močového měchýře

Život s močovou inkontinencí

Močová inkontinence může být nepříjemný a izolující stav, který ovlivňuje vaše fyzické i psychické zdraví. Ačkoli není život ohrožující, obvykle má negativní dopad na kvalitu Vašeho života. Inkontinence může ovlivnit Váš společenský život, Vaše zaměstnání a Váš sexuální život. Způsobuje fyzický a emocionální dyskomfort a může vést ke snížení Vašeho sebevědomí.

S močovou inkontinencí se můžete cítit bezmocně. Nechtěný únik moči na veřejnosti bývá zneklidňující a trapný. Toto může vést k obavám opustit domov a k pocitu izolace, který brání Vám a Vaším blízkým si plně užívat života.

Existuje mnoho příčin inkontinence. Některé z nich je možné léčit, ostatní se dají zvládat. Společenský postoj k močové inkontinenci může znesnadňovat schopnost mluvit o ní, a to i s Vašimi nejbližšími přáteli. Vyhledání profesionální pomoci Vám může pomoci přestat přemýšlet o Vašem stavu a umožní Vám lépe se s Vaším stavem vypořádat.

Slovníček pojmů

Druhá linie léčby

Léčba, která se používá při selhání nebo nedostatečném efektu léčby první linie.

Estrogen

Hlavní ženský pohlavní hormon, který ovlivňuje vzhled ženského těla a hraje důležitou roli v menstruačním cyklu a při rozmnožování.

Fyzický

Mající do činění s tělem nebo ovlivňující tělo.

Močová inkontinence

Samovolné úniky moči.

Močová trubice Trubice, která vede moč z měchýře ven z těla.

Močové cesty

Systém orgánů, které produkují a přepravují moč v těle a z těla ven. Skládá se ze dvou ledvin, dvou močovodů, močového měchýře a močové trubice. Močové cesty jsou shodné u muže i ženy, pouze u muže je delší močová trubice.

Svěrač

Svaly, které kontrolují odchod moči z močového měchýře. Při kontrakci těchto svalů dochází k uzavěru močové trubice. Při relaxaci dochází k rozšíření močové trubice a mikci.

Únik moči

Únik moči z močového měchýře.

Urgentní inkontinence

Pro urgentní inkontinenci (Urgency urinary incontinence - UUI) jsou typické urgency, kdy dochází k náhlému silnému nucení na močení, které nelze odložit. Stěna močového měchýře se stahuje a dochází k úniku moči.

European Association of Urology

PO Box 30016

NL-6803 AA ARNHEM

The Netherlands

e-Mail: info@uroweb.org

Website: patients.uroweb.org