

1

İdrar Kaçırma

Altı çizili terimler sözlükte listelenmiştir.

İdrar kaçırma nedir?

İdrar kaçırma her türlü kontrol edilemeyen ve istenmeyen idrar tutamama durumudur. Eğer bu durum düzenli olarak tekrarlırsa tıbbi bir sorun olarak kabul edilir. İdrar kaçırma riski ilerleyen yaşla birlikte artmasına rağmen erken yaşlarda da görülebilir. Kadınlar, erkeklere göre idrar kaçırma sorunlarından daha fazla şikâyetçi olurlar.

İdrar kaçırma genel olarak toplumda kişinin utanmasına neden olur. Birçok hasta doktorlarıyla idrar kaçırma durumunu konuşmaktan rahatsızlık duydukları için tedavisiz kalmaktadır.

İdrar kaçırma sıklıkla meydana geliyor veya hayat kalitesini etkiliyorsa doktora görünmek ve tıbbi tedavi önerileri almak oldukça önemlidir. Hastaların çoğunda idrar kaçırma farklı tedavi seçenekleri ile tam tedavi edilebilir. Bu tedavi seçenekleri; pelvik taban kaslarının kuvvetlendirilmesi, ilaç tedavileri veya cerrahi tedavilerdir. Doktorunuzla birlikte sizin için en iyi olan tedavi yöntemini konuşabilirsiniz.

İdrar kaçırmanın nedenleri

İdrar kaçırmanın en sık nedenleri:

- Hormon eksikliği
- Pelvik taban kaslarının zayıflığı
- Nörolojik hastalıklara bağlı idrar kaçırma
- İdrar yolu enfeksiyonu
- Prostat büyümesi

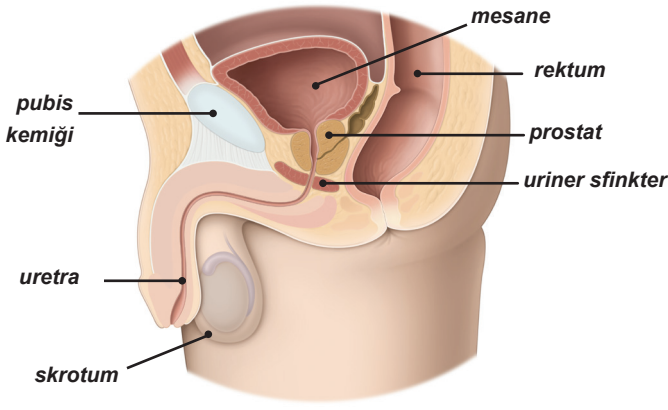
Yaygın risk faktörleri:

- Geçirilmiş pelvik ameliyatlara
- Geçirilmiş prostat ameliyatları
- Doğum
- Menopoz

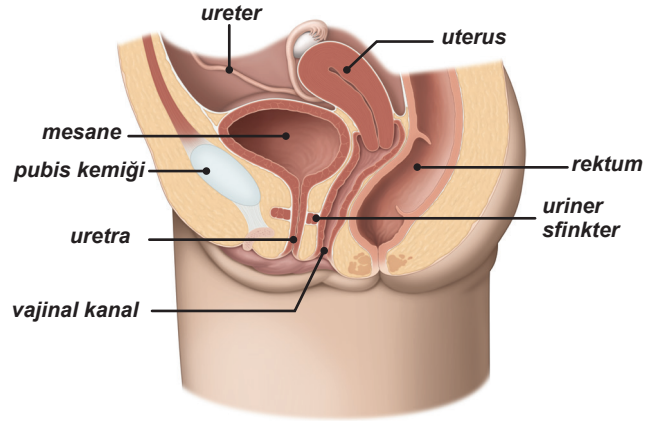
İdrar kaçırma artmış yaşla birlikte daha fazla görülür hale gelir. Fakat yaşlanmanın normal bir süreci değildir.

İdrar kaçırmanın tipleri

Hastanın nasıl ve ne zaman idrar kaçırdığına bağlı olarak farklı tiplerde idrar kaçırma vardır. Bu idrar kaçırma tipi idrar yollarının hangi kısmının etkilendiğiyle ilişkilidir. (Şekil. 1a ve 1b).



Şekil 1a: Erkek alt üriner sistemi.



Şekil 1b: Kadın alt üriner sistemi.

Stres tipi idrar kaçırma

Stres idrar kaçırma (SUI) aşağıdaki aktiviteler sırasında idrar kaçırma durumudur;

- Öksürme, hapşırma veya gülme
- Koşma veya sıçrama gibi egzersizler
- Alışveriş eşyaları gibi ağır yükleri kaldırma

Bu aktiviteler sırasında idrar torbası içindeki basınç artar ve idrar kaçırma oluşur. İdrar yolunuz veya idrar tutmayı sağlayan kaslarınız artmış mesane basıncına karşı koyamazlar ve idrar kaçırma meydana gelir.

Sıkışma tipi idrar kaçırma

Sıkışma tipi idrar kaçırma (UUI) erteleyemeyeceğiniz aniden sıkışma hissiyle birlikte meydana gelen idrar kaçırma durumudur. Mesane kası kasılır ve siz idrar kaçırmak istemediğiniz halde idrar kaçırsınız.

Karışık tipte idrar kaçırma

Eğer hem sıkışma hem de stres idrar kaçırmadan şikâyetçiyse doktorunuz size karışık tipte idrar kaçırma tanısı koyabilir.

Doktorunuzla konuşun

İdrar kaçırma durumunu üroloji uzmanınız ile konuşmak belki sizin için rahatsız edici olabilir fakat oldukça önemlidir. Tedavi edilmemiş idrar kaçırma durumu enfeksiyonlara, ciltte kızarıklıklara veya cinsel sorunları beraberinde getirebilir. Ayrıca depresyon, stres, kendine saygının zedelenmesi ve utanmaya neden olabilir. Bu sorunlar kendinizi toplumdan ayırmaya, iş ve sosyal hayatınızın bozulmasına yol açabilir.

Doktorunuz şikâyetlerinizin düzelmesi ve tümüyle iyileşmesi için size yardımcı olabilir. Doktorunuzun sizin hangi tip idrar kaçırdığınızı ve buna neyin sebep olduğunu bilmesi gerekecektir. Bu bilgileri doktorunuzun bilmesi ise size doğru tedaviyi önermesinde yardımcı olacaktır.

Doktorunuz veya hemşireniz idrar kaçırma durumunuzu en iyi konuşabileceğiniz kişilerdir. İdrar kaçırdığınız hakkında konuşurken ve soru sorarken utanmamalısınız.

Doktorunuzla görüşmeden önce aklınızdaki soruları bir liste şeklinde hazırlamanız size yardımcı olacaktır. Aşağıda bu sorulara örnekler bulabilirsiniz.

- İdrar kaçırma bende neden oluyor?
- Bu sorunumun kalıcı bir tedavisi var mı?
- Hangi testleri yaptırmam gerekir?

- Hangi tedavi seçeneğini öneriyorsunuz ve bu tedavi yönteminin bana nasıl faydası olacak?
- Eğer tedavi almazsam önümüzdeki aylarda ve yıllarda neler olabilir?
- Eğer tedavi alırsam önümüzdeki aylarda ve yıllarda neler olabilir?
- İlaç tedavisi idrar kaçırmamı düzeltebilir mi?
- İlaç tedavisinin yan etkileri var mı?

- Tedavim için ameliyat olmam gerekir mi?
- Tedavim için hangi ameliyat seçenekleri var?
- Tedavinin sonuçlarını ne kadar zaman sonra görebilirim?
- Ne sıklıkta tekrar doktoruma gitmem gerekir?

Yukarıdaki soruların hepsini sormanıza gerek yoktur. Sizin için en önemli olanları sormanız yeterlidir.

Doktorunuzun sizinle görüşme sırasında kullanabileceği terimler

- AÜSS (Alt Üriner Sistem Semptomları) idrar yollarını etkileyen birçok hastalığa bağlı ortaya çıkan semptomların tümü için kullanılır.
- Nörolojik alt üriner sistem semptomları ise alt üriner sistemini etkileyen nörolojik bir hastalık varlığında oluşan alt üriner sistem semptomlarının tümüdür.
- Noktüri gece bir veya daha fazla idrar yapmak için uyanmak.
- İdrar kaçıрма her türlü istenmeyen idrar kaçağına denilir.

Bu bilgiler Kasım 2014'te güncellenmiştir.

Bu broşür, Üriner İnkontinans hakkında EAU Hasta Bilgilendirilme formunun parçasıdır. Tanı, mevcut durumun değerlendirilmesi ve olası tedavi seçenekleri hakkında genel bilgiler içerir. Eğer tıbbi durumunuzla ilgili özel bir sorunuz var ise doktorunuzla iletişime geçin. Hiçbir broşür doktorunuzla yapacağınız özel görüşmenin yerine geçemez.

Bu broşür Avrupa Üroloji Derneği (EAU) tarafından EAU Kadın ve İşlevsel Üroloji Bölümü (ESFFU) ve Avrupa Üroloji Hemşireleri Derneği (EAUN) ile işbirliği içinde hazırlanmıştır.

Bu broşürün içeriği EAU kılavuzları ile uyumludur.

Sitemizden ürolojik hastalıklar hakkında ek bilgilere ulaşabilirsiniz: <http://patients.uroweb.org/tr/>

Seriye katkıda bulunanlar:

Prof. Dr. Frank van der Aa	Leuven, Belçika
Dr. Jean-Nicolas Cornu	Paris, Fransa
Ms. Sharon Holroyd	Leeds, Birleşik Krallık
Prof. Dr. José Enrique Robles	Navarra, İspanya
Ms. Eva Wallace	Dublin, İrlanda