

Muži o inkontinenci mlčí častěji než ženy

Než aby navštívili lékaře, používají někteří muži při nechtěném úniku moči raději dámské vložky, říká profesor **Tomáš Hanuš**, přednosta Urologické kliniky pražské Všeobecné fakultní nemocnice.

ZDENA LACKOVÁ

LN O inkontinenci se moc nemluví, a když už ano, pak o té ženské. Ale co muži?

Pokud je ženská inkontinence téměř tabu, tak mužská tím více. Chlapi nejsou tak otevření jako ženy, víc se stydí a snaží se nepřípustit si takový problém, protože by tím utrpělo jejich mužství.

LN Inkontinence u mužů ale asi není tak častá jako u žen...

Absolutní číslo výskytu nechtěného úniku moči je vyšší u žen, na druhé straně počty diagnóz s poruchou udržení moči narůstají i u mužů, jak se postupně tato problematika ve společnosti rozkrývá.

Také přibývá zhoubných nádorů prostaty a po jejich operacích či ozařování může v určitém, i když

nevelkém procentu být důsledkem porucha udržení moči.

V těchto případech se jedná o inkontinenci stresovou, způsobenou tlakem na oslabený svěrač močové trubice. Ovšem existuje rovněž mnoho závažných onemocnění postihujících i ženy, ale leckdy ve větší míře muže, která doprovází inkontinence způsobená takzvanými neurogenními příčinami.

LN Co to znamená?

Jedná se o poruchu procesu močení kvůli špatné nervové koordinaci. Močení neboli mikce je složitý děj. Jeho řízení se účastní mozek, mozková kůra, nervové dráhy se přepojují v mezimozku a hlavní centrum koordinace je pak v míše, na přechodu její hrudní a bederní části.

Důležité je i úsek periferních nervů, které vystupují z míchy a vedou k vlastním orgánům, k močovému měchýři a močové trubici. Je to tedy několik poschodí, na nichž je mikční akt kontrolován. A kdekoliv v těchto místech může vzniknout problém.

Inkontinence se proto může objevit po úrazech hlavy, po krvácení do mozku, u nádorů mozku či míchy. Poruchu močení může přinést i „obyčejný zánět mozku“, třeba po průšvicích.



Tomáš Hanuš

FOTO ARCHIV

LN Určitě sem patří i vozíčkáři.

Ano, inkontinence po úrazech míchy při autonehodách či adrenalinových sportech je právě především mužskou doménou. Ale ani tím výčet neurogenních příčin nekončí. Patří sem i problémy s močením u pacientů s roztroušenou sklerózou, po centrální mozkové příhodě nebo při diabetické neuropatii.

LN Není zvětšená prostata a s ní spojená inkontinence v srovnání s výše zmíněnými chorobami vlastně „banální“ problémem?

Určitě ne. Když má muž zvětšenou prostatu, obkružující močovou trubici, hrozí, že se jeho močové cesty postupně zcela uzavřou. Moč

z přeplněného močového měchýře pak paradoxně uniká, ale jen odkapává po kapkách a nelze ji normálně vyprázdnit.

Tento zbytek moči v měchýři je jednak rezervoárem pro vznik infekcí, jednak může zvětšený močový měchýř lidově řečeno tláčit na ledviny. Vzniká takzvaný reflux, kdy se moč vrací z měchýře zpět nahoru, rozšiřují se močové cesty a poškozuje se funkce ledvin.

To je dost závažné a je třeba muže vycévkovat, tedy umožnit vyprázdnění moči za pomoci zavedené cívky přes močovou trubici. Toto řešení ostatně zachraňuje lidem život u řady chorob, které zabraňují normálnímu vymočení, což může vzniknout například při krvácení nebo při nádoru centrální nervové soustavy.

LN Řada mužů trpí léčící inkontinencí, která je neohrožuje na životě, ale snižuje jeho kvalitu. Přesto nemají chuť svěřovat se lékařům...

Ať už muži musí často močit, běhají na toaletu v noci, nebo trpí projevem urgencye, tedy nucení na močení, když je proud jejich moči oslaben nebo musí tláčit, aby se vůbec vymočili – prostě v žádném případě by tyto příznaky neměli bagatelizovat a měli by k urologovi vyrazit. Příčinou může být zánět močových

cest nebo třeba nezhooubné zvětšení prostaty.

Obojí je třeba léčit, neboť hrozí až zástava močení. Měli jsme u nás na klinice pacienty, kteří si museli povolovat kalhoty, protože jim tak rostl obvod pasu, že je nemohli dopnout. Nebylo to ale kvůli tloušťce, jak si mysleli. Měli tak velký objem močového měchýře, který nedokázali vyprázdnit. Když jsme jim z něj vypustili litr a půl či dva litry moči, najednou „zhubli“.

LN Takže žádné nákupy inkontinenčních pomůcek namísto lékařské péče?

Muži se mi občas svěří, že při mírném úniku moči klidně zajdou do obchodu a koupí si dámské vložky. Nebo si na internetu vyberou ze široké škály inkontinenčních pomůcek.

Neradíme nikomu, aby svůj problém s únikem moči prvotně řešil takto, protože se jedná vždy o důsledek nějaké poruchy. A tu by měl lékař diagnostikovat a léčit. Existují samozřejmě případy, kdy se inkontinenci nepodaří vyřešit úpravou životosprávy, podáváním léků ani chirurgicky. Pak je použití speciálních pomůcek namístě.

LN Ženám se doporučují speciální cviky proti inkontinenci. Fungují i u mužů?

Jsou důležité. I muži potřebují mít pevné svalstvo pánevního dna. Největší význam mají tyto cviky po operacích na prostatě, protože díky této rehabilitaci se zkracuje přechodná doba úniku moči a snižuje se i riziko jeho vzniku.

LN Těžiště ze o úniku moči mluví málo, o inkontinenci stolice se zarytější mlčí. Léčíte i tyto pacienty?

Tato léčba nespadá do rukou urologů, nýbrž chirurgů – proktologů. Ale setkáváme se s takovými pacienty a pacientkami, protože v nejčastějších případech inkontinence dochází k úniku moči i stolice. Kdysi byla v USA snaha zavést odbornost pánevního chirurga, který by řešil obě inkontinence. V Evropě se to neujalo, ale dokládá to specifitost problému.

Příčin vzniku inkontinence stolice je mnoho – od vrozené snížené kvality svalové a pojivové tkáně pánevního dna přes porodní traumatizaci až po prolapsy neboli výhřezy částí orgánů – dělohy, střeva – do pochvy. Neschopnost udržet stolicí může stejně jako v případě inkontinence moči způsobit poruchu nervového řízení nebo jsou na vině nádory, úrazy či operace na konečnicích. Lékaři se svých pacientů málo ptají, zda netrpí kromě úniku moči i únikem stolice, takže je tento problém dost poddiagnostikován.

