

Inkontinence

– noční můra společnosti

Únik moči má nejen psychologické, ale rovněž sociální, ekonomické a právní konotace. Lidé stárnou a umírají daleko pomaleji, a proto se inkontinence bude týkat stále více pacientů. Partnerem tradiční akce, kterou každoročně pořádá spolek Incoforum, byla divize Medical Services vydavatelského domu Mladá fronta.

Demografická situace Evropanů je jasně a zřetelně předvídatelná. Populace stárne, a zároveň se dožíváme vyššího věku, což jsou předpoklady pro polymorbiditu. Češi totiž umírají v průměrném věku 85 let. „Patříme mezi země, kde je jedna z největších incidencí karcinomu prostaty. Výskyt zhoubného nádoru prostaty obecně celosvětově stoupá,“ upozornil na hlavní příčinu urologických obtíží u mužů prof. MUDr. Tomáš Hanuš, DrSc., přednosta Urologické kliniky 1. LF UK a VFN Praha a prezident Incofora.

I muži se pomáhají

O inkontinenci moči u mužů se ve společnosti moc nehovoří. Proto je potřeba problematiku medializovat a detabuizovat. Kromě karcinomu prostaty jsou dalšími příčinami neurologické komplikace či pánevní traumata. Většina míšních poranění je podle profesora Hanuše následována právě poruchami inkontinence. Možnost léčby spočívá zejména ve fyzioterapii a změně životního stylu, dostatku pohybové aktivity a redukci hmotnosti. Farmakoterapie je další formou léčby a velkou kapitolou jsou pak protetika. „Mezi užívané chirurgické metody u mužů patří manžeta kolem močové trubice a zkouší se páska pod močovou trubicí. Je nutné použít multimodální terapii,“ zdůraznil možnosti léčby prezident Incofora.



Incoforum, z. s.

- mezioborové sdružení zabývající se problematikou inkontinence moče
- realizuje osvětový program zaměřený na pacienty, širokou veřejnost, média, plátce péče i decizní sféru

Mediální projekty

Incoforum vytváří také mediální projekty a pod vedením doc. MUDr. Jana Krhuta, Ph.D., primáře Urologické kliniky FN v Ostravě, provedlo výzkumný projekt zaměřený na kvalitu života inkontinentních žen. Z výsledků šetření vyplývá, že 40 procent žen se domnívá, že problém je v jejich vysokém věku, a pětina z nich pak nedokáže říct, při jaké příležitosti k úniku moči došlo, a proto o onemocnění nemluví ani s lékařem. „Jestli žena vyhledá pomoc, nezávisí ani na úrovni vzdělání, ani zaměstnání, počtu dětí nebo psychologických faktorech, ale odpovídá stupni její nespokojenosti,“ uvedl k možnostem diagnostiky MUDr. Lukáš Horčíčka z Urogynekologické ambulance GONA a předseda Správní rady Incofora. Pouze čtvrtina pacientek je operována nebo léčena medikamentózně a rehabilitačně pomocí cvičení pánevního dna.

Cílem studie bylo zjistit, jaký vliv má inkontinence na kvalitu života, a objektivně posoudit typ a závažnost inkontinence. Šetření probíhalo formou dotazníků a tzv. vložkovým testem. Změnou váhy vložky lze zjistit, zda jde o kontinenci, či inkontinenci. Podle závažnosti se pak inkontinence dělí do tří stupňů: mírná (4–20 ml/24 hod.), střední (21–74 ml/24 hod.) a závažná (více než 75 ml/24 hod.). „U souboru přes 300 jedinců došlo překvapivě k tomu, že jsme neprokázali lineární vzestup nespokojenosti. Zjistili jsme rovněž, že největší vliv na kvalitu života má již mírná inkontinence,“ vysvětlil výsledky zkoumání doktor Horčíčka. Podle validizovaných světových dotazníků nejsou zásadním problémem velké úniky moči, ale zhoršenou kvalitu života pociťují pacienti už při nepatrném množství.

Noční močení

Primář urologického oddělení Thomayerovy nemocnice a člen Správní rady Incofora doc. MUDr. Roman Zachoval, Ph.D., představil nejčastější mikční symptom se závažnými zdravotními, ekonomickými a společenskými důsledky. Pacient trpící nykturií má potíže pojmut adekvátní objem moči. Podle Mezinárodní společnosti pro kontinenci (ICS) je definována jako stížnost na probuzení z nočního spánku pocitem nucení



Tisková konference se konala v krásném prostředí Restaurace Mlýnec

Foto: Jana Schrammová

na močení, zároveň však musí předcházet i následovat spánek. „Jedno močení za noc postihuje více než polovinu populace. U 20 až 35 procent lidí všech věkových kategorií a pohlaví se objevují dvě a více močení za noc,“ upozorňuje na vysokou incidenci docent Zachoval.

Pokud se vyskytují dvě a více močení za noc, pak jde o velmi obtěžující symptom, protože narušuje přirozenou regenerační funkci spánku, a může způsobit také zvýšenou denní spavost, zvyšuje také riziko nehod, nepozornosti, pádů a úrazů v průběhu dne. U pacientů, u nichž se nykturie vyskytuje, je prokázána jednoznačně zvýšená morbidita i mortalita, mají rovněž více kardiovaskulárních příhod nebo vyšší výskyt diabetu.

Diagnostika je velmi jednoduchá. Pacienti si vedou tzv. mikční deník, z kterého se potom zjistí, jaké porce moči vylučují v noci. „Léčba noční polyurie spočívá v podávání desmopresinu, který na noc tvorbu moči ztlumí. Produkce poté probíhá další den v poledne, takže pacient moč neretinuje,“ uvedl možnosti terapie Zachoval. Hormon byl vyvinut v 60. letech českým chemikem Ing. Milanem Zaoralem, DrSc. Jeho přínos ocenila i Světová zdravotnická organizace (WHO), která ho uvedla mezi patnácti nejvýznamnějšími léky.

Možnosti léčby seniorů

„V Evropě bude za dva roky odhadem více než tři miliony 75 až 79letých mužů a dalších 2,5 milionu nad 80 let, kteří budou trpět závažnou inkontinencí typu hyperaktivního měchýře,“ předestřela vyhlídky Evropanů prof. MUDr. Eva Topinková, CSc., přednosta Geriatrické kliniky 1.LF UK a VFN v Praze a rovněž členka Správní rady Incofora.

Možnosti současné léčby inkontinence u seniorů vidí hlavně v preventivní režimové léčbě, pod níž spadá jak tělesný pohyb, tak také zdravý životní styl. Při úniku moči pak pravidelný pitný a mikční režim i vedení mikčního deníku. Podle ní onemocněním v České republice trpí 1,2 milionu osob, z čehož je 250 tisíc seniorů. Výskyt se však liší v různých věkových skupinách, proto nejde o homogenní skupinu.

Nejjednodušší způsob předcházení zhoršení kvality života je používání inkontinenčních vložek. Plátcí zdravotní péče se ale domnívají, že jsou nákladné, zatímco ve Švédsku se řídí pravým opakem. „Nákladová efektivita se hodnotí s ohledem na danou zemi. Je s podivem, že si můžeme dovézt implantovat kardiostimulátory za miliony korun a můžeme si také dovézt drahou biologickou léčbu pro jednoho pacienta, ale už není v našich silách zaplatit ženám dostatečně kvalitní život. Je to o tom, jaké priority si ve zdravotnictví nastavíme,“ uvedla k současné úhradové vyhlášce prof. Topinková.

Noční můra seniorů

Probouzení nutkavým pocitem na močení je častým zdravotním problémem nejen seniorů. Trápí totiž 10 až 15 procent matek malých dětí. „Jako neurolog a teď už gerontoneurolog musím říct, že se noční nutkání velice často manifestují u dospělých a seniorů, kteří v dětství trpěli nočním pomočováním,“ uvedl k nočním epizodám prof. MUDr. Martin Bojar, CSc., z Neurologické kliniky 2. LF a FN Motol.

Depresivita starší populace podle něj velice úzce souvisí s fetorem, což je zápach, který provází inkontinenci a který dramaticky zhoršuje výkonnost limbického systému. „Noční močení je noční můra, jež je úzce spojena s poruchami spánku, s živými a děsivými sny a nemá daleko k somnambulismu,“ upozornil na psychologickou rovninu profesor Bojar. Lidé trpící nykturií nejen hůře usínají, ale horší jsou také i jednotlivé fáze spánku, a proto stále více seniorů začíná používat hypnotika, která se mohou podílet na úzkosti. Hrozí však také vyšší riziko pádu. Nykturií netrpí jenom pacient sám, ale i osoby blízké a pečující, které mají pocit, že v péči zklamaly. Inkontinence se tedy nedotýká pouze pacientů, ale celé společnosti.

Denis Drahoš