

Rehabilitacja w wysiłkowym nieutrzymaniu moczu (WNTM)



FORUM

Spis treści

Rehabilitacja w wysiłkowym nietrzymaniu moczu (WNTM)	5
Klasyfikacja wysiłkowego nietrzymania moczu wg Komitetu Standaryzacji ICS	6
Pozostałe typy nietrzymania moczu	7
Epidemiologia	7
Anatomia czynnościowa dna miednicy	8
Diagnostyka w nietrzymaniu moczu	9
Leczenie farmakologiczne w wysiłkowym nietrzymaniu moczu	11
Rehabilitacja w wysiłkowym nietrzymaniu moczu	12
Ćwiczenia rehabilitacyjne	13
Fizykoterapia	15
<i>Piśmiennictwo</i>	16

Rehabilitacja w wysiłkowym nietrzymaniu moczu (WNTM)

Zgodnie z definicją International Continence Society (ICS) z 2002 r., nietrzymanie moczu (NTM) definiowane jest jako epizod niekontrolowanej utraty moczu. Wysiłkowe Nietrzymanie Moczu (WNTM) to objaw chorobowy polegający na mimowolnym wyciekaniu moczu podczas czynności związanych z nagłym napięciem mięśni brzucha pojawiającym się podczas kichania, kaszlu, śmiechu itp. Charakterystyczny przy tym jest brak wcześniejszego uczucia parcia na pęcherz. Nie ulega zazwyczaj zmianie częstość oddawania moczu w ciągu dnia. Nietrzymanie moczu (NTM) związane z wysiłkiem stanowi ok. 50–60% wszystkich jego rodzajów i jest tym samym najczęstszą przyczyną nietrzymania moczu. Dolegliwość ta dotyczy przede wszystkim kobiet i zwykle powodowana jest nieprawidłowo funkcjonującą szyjką pęcherza moczowego oraz innych mechanizmów biorących udział w utrzymywaniu moczu. Szyjka pęcherza jest znacznie silniejsza u mężczyzn, dlatego wysiłkowe nietrzymanie moczu jest u nich rzadziej spotykaną przypadłością, chociaż mogą ją osłabić niektóre typowe dla mężczyzn zabiegi operacyjne, jak np. gruczołu krokowego. U kobiet w wyniku ciąży i w trakcie porodu dochodzi do znacznego rozciągnięcia powięzi brzucha, co ogranicza możliwości podparcia szyjki pęcherza i może powodować nadmierną jego ruchomość. Podczas niektórych czynności szyjka pęcherza nadmiernie przesuwana się w dół, co powoduje wyciekanie moczu. Bardziej niż u mężczyzn znaczącą w utrzymywaniu moczu rolę odgrywa u kobiet także zwieracz cewki, czyli mięsień otaczający cewkę moczową. Mięsień ten posiada funkcjonalne połączenia powięziowe z innymi mięśniami dna miednicy. Do jego prawidłowego funkcjonowania także niezbędna jest prawidłowo napięta i elastyczna powięź podtrzymująca narządy dna miednicy. Ponadto, można spotkać się z niewydolnością wewnętrznego zwieracza cewki moczowej powstałą zazwyczaj w wyniku mechanicznego uszkodzenia tego mięśnia podczas porodu u kobiet i podczas zabiegu operacyjnego u mężczyzn, ale może pojawić się także wraz z wiekiem i starzeniem się organizmu.