



Muszę wstawać w nocy

Przeglądając strony internetowe związane z chorobami pęcherza odnalazłam stronę NTM. Mieszkam w Szczecinie, mam 24 lata, zaś od 5 lat cierpię na częstomocz. Odczuwam również podrażnienie cewki moczowej. W nocy wstaję kilka razy, chociaż przed zaśnięciem oddaję mocz. Powoduje to kłopoty z zasypianiem. Zostałam zbadana przez neurologów i ginekologów. Niestety nie stwierdzili nic konkretnego. Wykonałam także cystoskopię oraz badania urodynamiczne. Przez 9 miesięcy zażywałam Ditropan, lecz bez większych rezultatów. Jeśli to możliwe, proszę o poradę lub kontakt z lekarzem, który będzie w stanie mi pomóc.

Karolina K.
Szczecin

Red. Dolegliwości na które Pani cierpi mogą być spowodowane różnymi chorobami. Nie zawsze leczenie preparatami antycholinergicznymi, takimi jak Ditropan pomaga. Niekiedy trzeba przeprowadzić bardziej szczegółową diagnostykę, dlatego powinna się Pani zgłosić do wyspecjalizowanego ośrodka zajmującego się problemami zaburzeń czynności dolnych dróg moczowych na przykład Kliniki Urologii Akademii Medycznej.

Mam wstydlivy problem

Cześć, nazywam się Wiktoria i mam 18 lat. Od pewnego czasu nęka mnie bardzo wstydlivy dolegliwość. Czuje częste parcie na pęcherz i popuszczam mocz. Zdarzyło mi się to parę razy w mieście. Gdzie powinnam się zgłosić?

Wiktoria M.
Płock

Red. Parcie na pęcherz i popuszczanie moczu mogą być objawem wielu chorób poczynając od infekcji dróg moczowych czy narządu rodowego, na bardziej poważnych schorzeniach uro-ginekologicznych kończąc. Powinna Pani zgłosić się z tym problemem do swojego lekarza ginekologa, który zleci konieczne badania, a następnie rozpocznie odpowiednie leczenie lub skieruje Panią do urologa.

Mimowolny wyciek

Niedawno mój mąż zauważył, że po oddaniu moczu mimowolnie wycieka mu jeszcze parę kropel. Powoduje to oczywiście zabrudzenie bielizny i dyskomfort psychiczny. Mąż ma 31 lat i nie przechodził żadnych operacji. Oprócz wyciekania nie ma innych do-

legliwości: bólu, pieczenia czy innych problemów z oddawaniem moczu. Nie wiemy, co może być przyczyną, nie wiemy też jak sobie radzić z tą przypadłością?

Kinga F.
Olecko

Red. Powodem dolegliwości Pani męża może być choroba prostaty (np. zapalenie), infekcja dróg moczowych lub inne schorzenie układu moczowego. Schorzenia gruczołu krokowego są nie tylko domeną ludzi starszych, ale również dotykają mężczyzn w młodszym wieku.

Nie można tego bagatelizować, wszystkie schorzenia łatwiej jest leczyć w ich początkowym stadium. Mąż powinien zgłosić się do urologa, który rozpocznie diagnostykę i leczenie.

Ps. Na listy odpowiadał nasz konsultant medyczny dr med. Piotr Radziszewski z Kliniki i Katedry Urologii Akademii Medycznej w Warszawie. Wobec licznych pytań informujemy, że odpowiedzi będziemy publikować wyłącznie na łamach Kwartalnika NTM oraz na stronach www.ntm.pl. Zachęcamy do korzystania z naszej infolinii 0-801 800 038 oraz poczty elektronicznej ntm@ntm.pl

0801 800 038*

Kto dzwoni na infolinię

Infolinia Programu Prospołecznego "NTM - Normalnie Żyć" powstała, aby udzielić pierwszej porady ludziom z problemem nietrzymania moczu. Ludziom zdezorientowanym i cierpiącym najczęściej w milczeniu.

W ciągu 3 pierwszych miesięcy (luty, marzec i kwiecień) działania infolinii nasi informatorzy odebrali ponad 200 telefonów. Dzwonili ludzie z całego kraju, przede wszystkim mieszkańcy dużych miast: Warszawy (35 telefonów), Wrocławia (16) czy Krakowa (11). Ale znaczna część telefonów pochodziła z małych miejscowości, na przykład Policzna, Dębicy, Polic, Złotego

Stoku czy Szkaradowa. W następnych miesiącach telefonów systematycznie przybywało. Większość rozmówców ujawniła nie tylko skalę potrzeb ale też niewiedzę, dezinformację i fałszywy wstyd w zakresie problemu nietrzymania moczu.

Co to są pieluchomajtki

Ludzie pytali przede wszystkim (90 procent dzwoniących), do jakiego lekarza specjalisty powinni się zgłosić. Niewiele mniej osób dowiadywało się o metody leczenia i o ofertę rynkową w zakresie środków chłonących. Pewien pan, dzwoniący w imieniu mamy zapytał wręcz, co to są pieluchomajtki? Padły też pytania dotyczące bezpieczeństwa leczenia nietrzymania moczu metodą operacyjną lub jakie badania może zlecić lekarz. Kilka osób zgłosiło dolegliwość u swoich dzieci. Poculi się bezradni, nie wiedząc co się z nimi dzieje i jaki specjal-



Jak dobrać środki?

W oddziale urologii bydgoskiego szpitala pracuję już piętnaście lat. Często mam do czynienia z pacjentami niepełnosprawnymi. Wśród wielu problemów, z którymi borykają się na co dzień, jest brak samodzielnej obsługi w zakresie tak intymnych czynności fizjologicznych jak oddawanie moczu. „Trzymanie” i oddawanie moczu, zachowanie właściwej higieny, odpowiedniego zabezpieczenia przed zamoczeniem i ogólnie rozumianej rehabilitacji pęcherza moczowego sprawia tym osobom sporo problemów i wymaga większej uwagi, zarówno samych pacjentów jak i personelu medycznego.

Od samego początku usprawniania pacjenta należy mieć na uwadze nie tylko problemy lecznicze, ale również dalsze jego losy. Do jednych z najważniejszych zadań należy nauczanie pacjenta jak największej samodzielności i możliwie maksymalnego uniezależnienia się od potrzeby korzystania z pomocy drugiej osoby przy załatwianiu codziennych czynności fizjologicznych i higienicznych. Dlatego proponuję mu „swoiste” szkolenie, podczas którego przedstawiam dostępne na rynku środki

pomocnicze i sprzęt stomijny. Znajomość tego sprzętu pozwala na szybsze przekonanie pacjenta do jego używania oraz eliminacji popełnianych przez niego błędów. Zdarza się bowiem dosyć często, iż osoby niepełnosprawne wybierają niewłaściwe dla siebie środki z uwagi na brak rozeznania w asortymencie lub brak znajomości fizjologii własnego organizmu. Upierają się na przykład przy stosowaniu pieluch o maksymalnej chłonności, ponieważ częstsza zmiana produktu jest dla nich kłopotliwa. Uświadamiam im, że środki chłonne należy dobrać nie tylko pod kątem stopnia nietrzymania moczu ale również wagi ciała. W przypadku osób niepełnosprawnych, posługujących się na co dzień laską czy chodzikiem ma to istotne znaczenie. Poza tym przetrzymywanie takiej pieluchy na sobie zamienia środek pochłaniający w „żel” co może prowadzić do zakażeń czy chorób skóry. Nawet, jeśli dana osoba jeździ na wózku, też powinna pamiętać o właściwym doborze środka pomocniczego.

Dla mężczyzn z problemami moczowymi dostępny jest na rynku system, który całkowicie eliminuje wyciek moczu i nieprzyjemny zapach. Jest niewidoczny pod codziennym ubraniem i za-

pewnia swobodę poruszania się. System ten jest łagodny dla skóry i wygodny w użyciu. Może być noszony przez 24 godziny. Tym samym konieczność częstej wymiany cewników przestaje być problemem. W skład systemu wchodzi koszulki do zbiórki moczu i trzy rodzaje worków do zbiórki moczu z drenem.

Dla osób z niewielkim popuszczaniem istnieją zewnętrzne cewniki absorbcyjne (tzw. kieszonki).

Pacjentom zmuszonym do noszenia na sobie sprzętu stomijnego doradzam zdejmowanie go na noc i stosowanie wówczas wkładek anatomicznych lub podkładow. Ta rada przydaje się zresztą wszystkim osobom cierpiącym na nietrzymanie moczu. W nocy powinniśmy dać ciału odpocząć, dlatego lepiej przed pójściem spać dobrze opróżnić pęcherz i następnie założyć lepsze środki pomocnicze lub jedynie podkłady.

Dynamiczny rozwój metod diagnostycznych i nowych sposobów leczenia zaburzeń oddawania moczu spowodował, że można zaoferować pacjentom znacznie więcej, niż przed kilku laty i w ten sposób poprawić jakość ich życia.

Anna Kubiak

*Starsza pielęgniarka zabiegowa
Oddziału Urologii w Wojewódzkim Szpitalu
im. Dr. Jana Bizuela w Bydgoszczy*

ista może im pomóc. Pytano też o adresy specjalistycznych przychodni. Część osób dzwoniła w imieniu najbliższych - syna, matki, babki lub ciotki. Kilkaście osób zrezygnowało z dalszej rozmowy, kiedy dowiedziało się, że telefonów nie odbierają lekarze. Nie wszystkich więc potrafilimy zadowolić. Z czasem, miejmy nadzieję, informatorów zastąpią lekarze, którzy już na wstępie będą potrafili udzielić fachowej porady. Wkrótce też informatorzy będą dysponowali listą specjalistycznych przychodni.

To sprawa prywatna

Nasi informatorzy nie tylko odbierali telefony ale starali się także dowiedzieć od zainteresowanych, co wiedzą na temat możliwości zakupu refundowanych środków chłonących i ich stosowania. 50 procent pytaných oświadczyło, iż powinna obowiązywać częściowa refundacja kosztu zakupu

środków, ale na pytanie czy limit refundacji w wysokości 70 procent jest wystarczający pozytywnie odpowiedziała tylko część z nich. Nie znaczy to, iż reszta jest skłonna zapłacić więcej lub w wysokości obowiązującego limitu 30 procent. Najczęściej przyznawano się po prostu do niewiedzy na ten temat. Pozostała połowa nie umiała odpowiedzieć na powyższe dwa pytania lub nie kontynuowała rozmowy. Niektórzy rozmówcy nie wyrazili zgody na przeprowadzenie ankiety.

Niespełna 1,5 procent zgłaszających się zna i używa środki pomocnicze. Jedna z nich oświadczyła, iż jest to jej prywatna sprawa i nie odpowiedziała na pytanie.

Liczba telefonów i skala ich zasięgu świadczy o potrzebie dalszego działania infolinii. Będziemy też stale informować o jej nowych możliwościach.

MAW

**całkowity koszt połączenia wynosi 0.29 zł plus VAT*