

Podpaska nie rozwiąże problemu

Magdalena Kowalewska



Podpaska i wkładka anatomiczna - na pierwszy rzut oka wyglądają bardzo podobnie. Mają zbliżony kształt oraz wielkość, ale różnią się przeznaczeniem. Podpaska służy do zabezpieczenia przed menstruacją, natomiast wkładkę anatomiczną stosuje się przy lekkim i średnim stopniu nietrzymania moczu.

Kiedy wkładka

Wśród kobiet panuje powszechne przekonanie, że podpaska wystarczy przy problemie NTM. Wynika to po części z przyzwyczajenia pań do używania podpasek. Podczas menstruacji zawsze je stosowały i kiedy pojawiają się problemy z pęcherzem, podpaska staje się w kłopotliwych sytuacjach niejako naturalną deską ratunku. W kilkuletniej działalności Programu Społecznego "NTM - Normalnie Życie" wielokrotnie spotykaliśmy się z deklaracjami ze strony pacjentek na temat stosowania podpasek przy nietrzymaniu moczu.

- Wydaje mi się, że nie byłam do końca świadoma tego, że w sprzedaży są dostępne specjalne wkładki dla osób z NTM. Tego typu środki higieniczne kojarzyły mi się dotąd z wielkimi pieluchami sięgającymi do pępka. A słabe popuszczanie moczu pojawiło się u mnie kilka lat temu i rzeczywiście, był to dla mnie bardzo wstydlivy problem. Stosowałam podpaski, bo było mi łatwiej. Nie chciałam się przyznać przed samą sobą, że mam NTM, a pójście do apteki po inne środki higieniczne byłoby dla mnie dodatkowym stresem. Może, gdybym wiedziała,

że istnieją wkładki, to bym się zdecydowała? - powiedziała nam jedna z pacjentek, czterdziestopięcioletnia Halina.

Tymczasem wkładka anatomiczna to produkt stworzony SPECJALNIE do pochłaniania moczu. Dzięki właściwej budowie mocz wsiąkający w powierzchnię wkładki zostaje zamieniony w żel. Żel izoluje mocz od powietrza, przez co nie dopuszcza do zmiany jego pH. W ten sposób zwiększa się chłonność wkładki i - co chyba najważniejsze - niechciany zapach moczu zostaje pochłonięty i zneutralizowany. Dzięki temu rozwiązaniu osoba stosująca wkładkę czuje się bezpieczna - jej skóra jest sucha i nie unosi się żaden nieprzyjemny zapach.

Natomiast podpaska przystosowana jest do pochłaniania płynów menstruacyjnych. Decydując się na stosowanie podpasek podczas NTM trzeba pamiętać o ryzyku przesiąkania i powstania przykrego zapachu.

Co dla Panów?

W ofercie producentów środków wchłaniających znajdują się także "męskie" odmiany wkładów anatomicznych, przystosowane do, innej niż kobiet, budowy mężczyzny. Podobnie jak wkładki dla kobiet zapewniają one komfort oraz dyskrecję.

Jak wybrać wkładki

Wkłady anatomiczne przeznaczone są dla osób z lekkim lub średnim stopniem nietrzymania moczu. Ich chłonność została przystosowana do gubienia moczu w ilości

nie większej niż 300 ml jednorazowo. W rzeczywistości, dla osób z bardzo małym stopniem NTM, na dobę może wystarczyć nawet jedna wkładka.

Średnia cena rynkowa jednej sztuki wkładki kształtuje się na poziomie 1-1,2 zł i uzależniona jest od marki produktu, stopnia chłonności, miejsca zakupu oraz wielkości opakowania zbiorczego. Im więcej sztuk w paczce, tym zazwyczaj cena jednostkowa jest mniejsza.

Przed osobami zainteresowanymi zakupem środków wchłaniających może pojawić się dylemat jaką markę środków higienicznych wybrać. Na polskim rynku jest kilku producentów dostarczających produkty dla osób z nietrzymaniem moczu. Produkty te mogą się różnić zastosowanymi w nich rozwiązaniami technologicznymi. Czasami warto zasięgnąć opinii u znajomych, którzy mieli styczność z tym problemem, albo zapytać lekarza lub farmaceuty. Niektórzy producenci, dla osób z NTM, oferują darmowe próbki swoich produktów. Można się z nimi skontaktować i po przeprowadzeniu testów wybrać najbardziej właściwy dla siebie produkt.

Jeśli ze względu na zbyt wysokie natężenie NTM wkładki anatomiczne nie wystarczą, istnieje możliwość zaopatrzenia się w pieluchomajtki oraz pieluchy anatomiczne, a także podkłady stanowiące zabezpieczenie łóżka.

Halina tak mówi o pierwszym użyciu przez nią wkładki: *- Do stosowania wkładek przekonała mnie koleżanka, której nigdy bym nie podejrzewała o wystąpienie problemu nietrzymania moczu. Jestem zadowolona i naprawdę czuję się bezpiecznie. Wkładka jest bardzo dyskretna. Wcześniej najbardziej bałam się nieprzyjemnego zapachu. Teraz ten problem minął.*

Gdzie kupić

Wkładki anatomiczne i inne środki wchłaniające można zakupić w aptece lub sklepie medycznym. Tego typu produkty oferują w swoim asortymencie także niektóre sklepy internetowe. Środki wchłaniające, z wyjątkiem wkładek anatomicznych o rozmiarze mini, są refundowane. To jest na pewno dobra wiadomość dla wszystkich osób z nietrzymaniem moczu i ich rodzin.

Zasady refundacji produktów wchłaniających regulowane są Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 17 grudnia 2004 r. Osoba z NTM ma prawo do 70% refundacji 60 sztuk miesięcznie pieluch, pieluchomajtek i wkładów anatomicznych, z zachowaniem limitu cenowego 90 zł. W przypadku chorób nowotworowych refundacja wzrasta do 100% przy limicie ceny 77 zł.