Melano.hu
A Közép-európaiak magazinja
Published on *Melano.hu* (https://www.melano.hu)

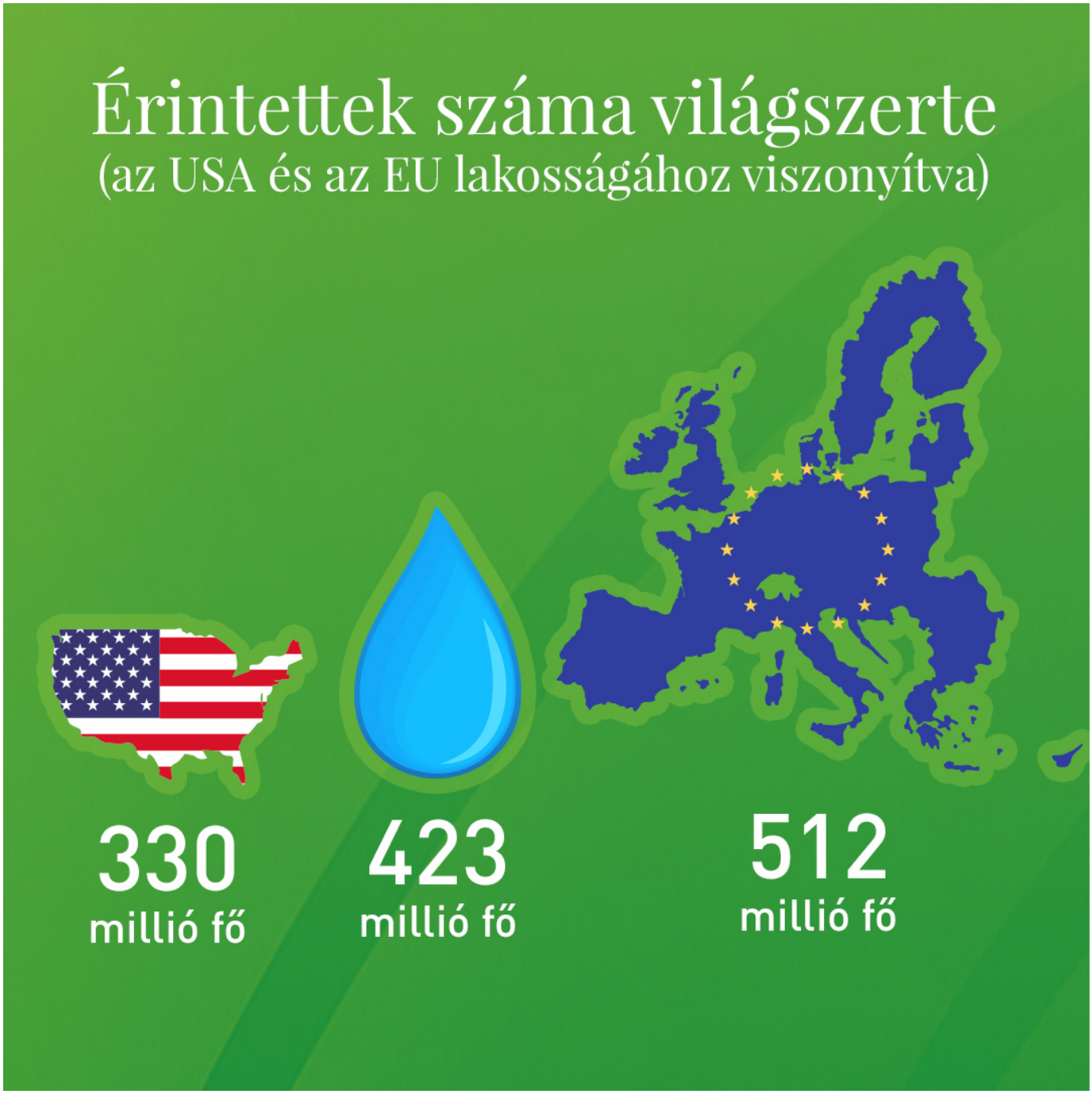
Százezreket érint Magyarországon az inkontinencia

Létrehozás: 10/19/2019 - 07:34
Szerző: Melano
[1]
3600 fő bevonásával készült hazai felmérés a vizelet visszatartási problémában, közismert nevén inkontinenciában szenvedőkről.
Kapcsolódó cikkek:
Víz Világnapja: a víz szervezetünk éltető ereje [2]

A betegségben egyébként több, mint 400 millió embert érint világszerte. Ha az érintettek egy külön országot alkotnának, akkor ez az ország a harmadik legnagyobb lenne a világon India és Kína után. Magyarországon is százezreket sújt a betegség, miközben a téma még mindig tabunak számít.

A nők esetében az inkontinencia előfordulásának valószínűsége háromszor akkora, mint a férfiaknál, és 30, majd 50 éves kor fölött különböző rizikófaktorok miatt jelentősen nő a kialakulás esélye. A problémáról mégis kevés szó esik, egyrészt a kapcsolódó szégyenérzet miatt, másrészt pedig mert sokan azt gondolják, hogy ez az öregség természetes velejárója, így nincs mit tenni ellene. Pedig a probléma súlyosságától függően az otthon végezhető gyakorlatoktól a modern műtéti beavatkozásokig általában van megoldás.

Az inkontinenciának több típusa ismeretes a stressz inkontinenciától - amikor a vizelet elcseppenés még csak tüsszentés vagy nevetés hatására történik – egészen a reflex inkontinenciáig, melyben a beteg a vizelést már nem képes akaratlagosan befolyásolni. Az inkontinencia napjaink egyik legkellemetlenebb népbetegsége, amely bár férfiaknál is előfordulhat, elsősorban a nőket érinti.



Az inkontinencia kortól függetlenül bármikor jelentkezhet, de gyakorisága a kor előrehaladtával nő. A kialakulásában olyan rizikófaktorok játszanak szerepet, mint az egészségtelen életmód, a gyermekvárás és a szülés, a menopauza, illetve olyan, az agyműködést érintő betegségek, mint az Alzheimer-kór, a Parkinson-kór, valamint az időskori demencia.

A probléma súlyossága alapján 3 fokozatba sorolhatjuk az érintetteket.

•ENYHE: az inkontinencia csak akkor jelentkezik, ha folyamatos terhelés éri a hasat

•KÖZÉPSÚLYOS: kisebb megterheléskor is jelentkezik vizeletvisszatartási probléma

•SÚLYOS: már nyugalmi állapotban is jelentkezik a vizelet csepegés.

A nemzetközi számokat alátámasztják annak a 3 600 fő bevonásával készült, nem reprezentatív online kutatásnak az eredményei is, amely szerint az érintettek 12%-a várandósság alatt, 25%-a szülés után, míg 45%-a a változókor korba érve tapasztalta először magán a problémát.

A kutatásban résztvevők többsége pedig a válaszaik alapján közepes (55%), illetve súlyos (37%) inkontinenciában szenved, ami alátámasztja, hogy Magyarországon is százezrek élnek nap mint nap együtt a kellemetlen problémával. És hogy az inkontinencia mennyire keseríti meg az érintettek életét, azt jól mutatja, hogy a válaszadók 38%-a úgy nyilatkozott, hogy “nagyon zavarja” őket a jelenség, ami napi szinten okoz számukra kellemetlenséget.

A kutatást készítő budapesti Írisz Medical & Selfness Center (IMSC) szakmai vezetője, Sáránszki Anita szerint a tünetek jelentkezése esetén nem kell pánikba esni, mert sok esetben van megoldás a problémára. “*A legfontosabb a rizikófaktorok csökkentése, ami természetesen az érintetteken múlik. Az egészséges életmód és a testsúly csökkentése nagyban hozzájárulhat az állapot javulásához.*”

Van persze lehetőségünk aktívan is tenni a tünetek enyhítéséért. Sáránszki Anita szerint az intim torna, vagyis a különböző gátizomgyakorlatok megfelelő elsajátítása és gyakorlása az orvosok által is rendszerint ajánlott hatékony kezelési mód, amihez szintén csupán kitartás és elhatározás szükséges. Enyhe és közepes fokú stresszinkontinencia esetén pedig egyedülálló, modern megoldást kínál a

Petite Lady lézeres inkontinencia kezelés, ami műtéti beavatkozás nélkül segít a probléma megoldásán. “*A Petite Lady kezelés ráadásul nem csak az inkontinencia kezelésében fejti ki jótékony hatását, hanem a hüvelybemenet szűkülésének következtében a páciensek nemi életét is javíthatja*.” - emelte ki a kezelés további jótékony hatását az IMSC szakmai vezetője.

Súlyos inkontinencia esetén, illetve akkor, amikor az egyéb kezelési módok hatástalannak bizonyulnak, indokolt lehet a műtéti beavatkozás is, aminek típusát a nőgyógyász vagy urológus szakorvos az tünetek típusának és súlyosságának megfelelően határoz meg a beteg személyére szabva.

“A legfontosabb, hogy akár az első enyhe tünetek jelentkezése esetén is forduljunk szakemberhez, mert a korai kezeléssel sok esetben megakadályozható az inkontinencia súlyosbodása, illetve kordában tartható a probléma.” - tanácsolja Sáránszki Anita.

Tags:
egészség [3]
Színes:
Egészség [4]

Forrás webcím: https://www.melano.hu/szazezreket_erint_magyarorszagon_az_inkontinencia

Hivatkozások
[1] https://www.melano.hu/sites/default/files/articles/yoga-241613_1000.jpg
[2] https://www.melano.hu/viz_vilagnapja_a_viz_szervezetunk_elteto_ereje
[3] https://www.melano.hu/tags/egeszseg
[4] https://www.melano.hu/szines/egeszseg