

# Nemějte nohy křížem

Text: Hana Profousová

**A**č se to zdá neuvěřitelné, každého šestého člověka staršího čtyřiceti let trápí nepříjemnost zvaná hyperaktivní močový měchýř. Typickým příznakem je velmi časté nutkání k návštěvě WC. Spoustu lidí to velice trápí, ale k lékařům nejdou. Myslí si, že to k jejich věku patří.

## Horší než astma a diabetes

Nechtěný únik moči je problém nejen hygienický, ale také sociální. Paradoxní ovšem je, že možná častěji se s těmito pacienty setkávají odborníci na psychiatrii než na urologii. Psychiatr MUDr. Radkin Honzák, CSc. potvrzuje, že třetina pacientů s touto diagnózou má v důsledku svého onemocnění deprese a pro více než jednu čtvrtinu představuje choroba výrazný stres: „Inkontinence není normální stav, je potřeba ji léčit. Vložky jsou jen krajní řešení, ale často to nevědí ani lékaři.“ Nejedna pacient už se setkal v ordinaci s názorem, že když nejde o život, nejde o nic. Ve skutečnosti hyperaktivní močový měchýř ovlivňuje každodenní život a pocity pacientů doma i v práci (viz názory dotázaných v tabulce č. 1 a 2). Na život postižených má větší dopad než třeba diabetes, astma nebo angina pectoris a často bývá i důvodem pro předčasný odchod do důchodu.

### Proč se neléčíme?

Přirozený příznak stárnutí	75 %
Něco, s čím je třeba se naučit žít	75 %
Nejedná se o medicínský problém	45 %
Příznak závažného zdravotního stavu	35 %
Něco, co nelze léčit	35 %
Nebudu s tím obtěžovat lékaře	35 %
Lidé mého věku tím trpívají	30 %
Výsledek mého životního stylu	30 %
Dědičné a tedy neřešitelné	20 %
Medicína tyto problémy ignoruje	20 %

Rozhlížíte se často, kde je „ona místnost“? Máte hrůzu z delších cest? Pak se vaše potíže asi jmenuje hyperaktivní močový měchýř. Je nepříjemná, ale dá se léčit.

## Možnosti léčby se zlepšují

Léčba může nastat po urodynamickém vyšetření (zkoumá se jím chování močového měchýře a močové trubice), kdy je syndrom hyperaktivního měchýře diagnostikován a odlišený od jiných chorob, jako jsou stresové inkontinence u žen a zvětšení prostaty u mužů, které mohou mít podobné příznaky. Zároveň je nutné vyloučit další choroby (močové kamínky, nádorové onemocnění močového traktu, infekce atd.).

U informovaného odborníka se pacienti dočkají dlouhodobé léčby, která se skládá z přijímání antimuskarinových léčiv (snižují kontrakce močového měchýře), změny životního stylu (správné dodržování pitného režimu), případně chirurgického řešení.

### Příznaky hyperaktivního močového měchýře

- osm nebo více návštěv na toaletě za 24 hodin
- nykturie (dvě nebo více návštěv na toaletě v době spánku)
- urgence (náhlá a nutková potřeba močit, kterou nelze překonat)
- urgentní inkontinence (náhlý a bezděčný únik moče)
- únik moče během tělesných činností (kašel, kýchání, zvedání předmětů)

### Jak vás tento problém trápí?

Obtíže u mě vyvolávají depresi	31,6 %
Obtíže jsou velmi stresující	28 %
Mimo domov mě to znepokojuje	28 %
Znamená to pro mě starost	27,2 %
Bojím se nehody	22,6 %
Cítím se špatně mezi cizími lidmi	22,2 %
Cítím se špatně se známými	20,2 %