

# Život v blízkosti toalet



**MUDr. Michal Krčmář**

z urogynekologické ambulance FN Na Bulovce hovoří o nepříjemném problému, o kterém se bohužel obecně málo ví – o hyperaktivním močovém měchýři. Tento problém je přitom léčitelný.

»Chce se« vám pořád? A není to jen přechodné, v rámci nastydnutí? Může jít o hyperaktivní močový měchýř.

**P**řed deseti lety panoval názor, že za všechny potíže s náhlým močením mohou u mužů potíže s prostatou a u žen gynekologické problémy. Hyperaktivní měchýř je diagnóza třetího tisíciletí pro lidi, kteří se pohybují pouze v blízkosti toalet, přestože pro jejich potíže do nedávna neexistovalo vysvětlení. Máme však nejen diagnózu, ale i léčbu.

Pacienti, kteří přijdou za lékařem, obvykle říkají, že mají potíže s močením. Pokud se jich doktor cíleně neptá, na správnou diagnózu a léčbu se nepříjde. Příznaky hyperaktivního měchýře jsou přitom nepřehlédnutelné.

## WC navštíví nejméně osmkrát denně

Je to náhlá a nutkává potřeba močit, již nelze překonat. Nazývá se urgencye a je klíčovým příznakem hyperaktivního měchýře. Postižený dále pocítuje nutnost močit velmi často, nejméně osmkrát denně. Může dojít i k urgentní inkontinenci, což je únik moči z nedostatku

času dojít na toaletu. Nemocní se nevspí, protože mnohdy musí na toaletu i několikrát za noc.

Příčinu potíží odborníci vidí v nesprávné funkci svaloviny močového měchýře, která se stahuje dříve a se značnou intenzitou ještě před tím, než je měchýř naplněn. Za obvyklých okolností totiž pojme zhruba 500ml moči. Jeho vyprazdňování je řízeno z centrální nervové soustavy. Zdraví lidé dokážou na určitou dobu překonat pocit nucení na močení, dokud není k vyprázdnění měchýře vhodná příležitost. S tím však mají pacienti s hyperaktivním měchýřem problém. Proto

se raději pohybují v blízkosti toalet, necestují, nemilují se, opouštějí dobrá zaměstnání, protože nedovedou odhadnout, kdy »to na ně přijde«. Mnoho pacientů si vytvoří mechanismy, s jejichž pomocí uvedené příznaky zvládnou. Méně pijí, chodí na toaletu dříve, než cítí potřebu, vyhýbají se místům vzdáleným od toalet. Přitom by stačilo jediné – najít správného odborníka.

## Potíže mají negativní vliv na celý život

Onemocnění se týká především žen. Většinou se objevuje po čtyřicátém roce (ale ani mladší pacienti nejsou výjimkou) a výskyt onemocnění stoupá s věkem. Přitom není pravda, že se jedná o přirozený příznak stárnutí.

Syndrom hyperaktivního měchýře má negativní vliv na společenský, fyzický, psychický, profesní a sexuální život. Mnoho pacientů se stydí vyhledat pomoc, jiní si myslí, že jim není pomoci. Tento syndrom může mít na každodenní život horší dopad než jiné závažné stavy.

## Léčení hyperaktivního měchýře

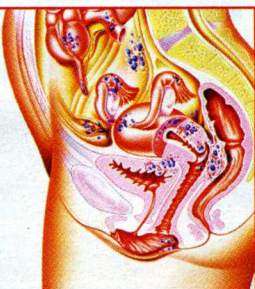
[www.hyperaktivni-mechyrcz.cz](http://www.hyperaktivni-mechyrcz.cz), nebo zavolejte na bezplatnou linku 800 660 100 (v provozu ve všední dny od 16 do 20 hod.)

\* Pacienti vyžadují dlouhodobou léčbu, která je zbaví příznaků, umožní jim normální život a zároveň nemá závažné nežádoucí účinky. Většinou jde o užívání vhodných léků, ale existují i jiné způsoby.

\* Při nemožnosti dojít na WC léčba zabraňuje inkontinenci.

\* Nové přípravky mají minimum nežádoucích účinků, jde o tzv. vysoce selektivní anticholinergika (např. Detrusitol nebo nejnovější Vesicare).

\* Chirurgický způsob léčby je v současnosti vyhrazen jen na nepříliš časté případy, kdy léčba léky a tréninkem zcela selhala.



Časté nucení na toaletu může být způsobeno hyperaktivním měchýřem

\* Pokud máte za to, že trpíte hyperaktivním měchýřem, vyhledejte co nejdříve urologa nebo urogynekologa.

\* Seznam odborníků je např. na internetových stránkách



Toaleta nemá být to nejdůležitější

**?** Asi rok trpím únikem moči. Gynekoložka tvrdí, že mám posilovat pánevní dno, že se jedná o následek porodu. Cvičím pravidelně, ale bez efektu.

Ivana V., Semily

Vaše diagnóza pravděpodobně zní urgentní inkontinence, případně hyperaktivní močový měchýř. K ověření správnosti diagnózy je však nutné provést rozbor moči, ultrazvukové vyšetření, případně další testy, které zhodnotí funkci měchýře. Potom je možné navrhnout optimální terapeutický postup. Neváhejte vyhledat specialistu v oboru urogynekologie.

## Nejčastější otázky čtenářů k tématu

**?** Jsem po gynekologické operaci a od té doby mám problémy s udržení moči. Podle gynekologa to patří k věku. Nechci se však smířit s tím, že už budu celý život pouze doma, v blízkosti toalety.

Zdena K., Kladno

Potíže s udržení moči jsou sice s přibývajícím věkem častější, ale není pravda, že se jedná o pravidelný příznak stárnutí. Obtíže mohou souviset s provedenou operací; záleží na indikaci a typu výkonu. Vaše potíže jsou však léčitelné a radím vám, abyste se obrátila na specializované urogynekologické pracoviště.

Třetina postižených udává, že má v důsledku onemocnění depresi.

Odhaduje se, že v Evropě trpí syndromem hyperaktivního měchýře 50 až 60 milionů lidí. V USA a Evropě postihuje asi jednoho ze šesti dospělých ve věku nad 40 let. Asi 40% případů zůstává nedagnostikováno, takže se pacientům nedostane adekvátní lékařské péče. Výzkumy prokázaly, že nejméně polovina lékařů není schopna na základě příznaků diagnostikovat hyperaktivní močový měchýř a dvěma třetinám je nepříjemné zabývat se problémem s močením u pacientů. Ti zase většinou čekají 6 až 12 měsíců od začátku příznaků, než se svěří lékaři. Učiní tak, až když se jejich příznaky zhorší – např. mají závažné poruchy spánku. **ŘZ**