

Urologie



Incontinentie

Informatiebrochure

Urineverlies is een erg vervelende zaak. Het komt zowel bij mannen als bij vrouwen voor en op alle leeftijden. Ouderen hebben er wel meer last van dan jongeren. De hoeveelheid urineverlies kan gaan van een paar druppeltjes, een scheutje, een straal of zelfs een hele plas.

Iedereen ervaart urineverlies op een andere manier. Voor sommigen is een klein druppeltje al dramatisch, anderen lijken het niet erg te vinden om 'ingepakt' door het leven te gaan.

Als je urineverlies hebt, kun je te rade gaan bij de huisarts of de uroloog. Doch deze stap is vaak gemakkelijker gezegd dan gedaan.

Rond ongewild urineverlies bestaat nog steeds een taboe. We schamen ons ervoor dat we in onze broek plassen. Of we denken dat er toch niets aan te doen is omdat het bij de leeftijd hoort. Een schrijnend misverstand. Want in de meeste gevallen kun je helemaal afkomen van het urineverlies. Daarom willen we binnen het ziekenhuis dit probleem aankaarten en aanpakken.

Met deze brochure trachten we je meer uitleg te geven over dit probleem. Heb je na het lezen van deze brochure nog vragen of wil je dit probleem aanpakken, aarzel dan niet om dit te bespreken met je arts of urologisch verpleegkundige.

De blaas is een hol gespierd orgaan dat onderin de buikholte ligt, achter het schaambeentje. Urine wordt gevormd in de nieren en via de urineleiders naar de blaas vervoerd. De urine wordt daar opgeslagen totdat de blaas 'vol' is. Als de hoeveelheid urine in de blaas groot genoeg is (300-400 ml), krijgt deze van de hersenen een seintje zodat je aandrang voelt tot plassen. Door de sluitspier te ontspannen en het samentrekken van de blaas, kan de urine via de urinebuis het lichaam verlaten.

Onderlichaam van de vrouw**Onderlichaam van de man**

Bij de vrouw

- Stressincontinentie
- Urge-incontinentie
- Gemengde incontinentie
- Overloopincontinentie

Bij de man

- Stressincontinentie
- Overloopincontinentie

Stressincontinentie of inspanningsincontinentie

Is ongewild urineverlies bij bepaalde inspanningen zoals bij hoesten, lachen, niezen, tillen, springen of hardlopen, door toename van de druk in de buikholte. De blaasspier zelf trekt niet samen, maar kleine hoeveelheden urine ontsnappen telkens als de druk in de blaas de sluitingsdruk overstijgt.

Urge-incontinentie of drangincontinentie

Hier gaat het urineverlies gepaard met een sterke, niet te onderdrukken drang om te plassen. Is urineverlies doordat men de wc niet altijd op tijd kan bereiken. “Ik voelde het komen, maar ik was te laat.”

Wanneer deze dwingende plasdrang aanwezig is zonder ongewild urineverlies, dan spreken we van urge of aandrang.

Gemengde incontinentie

Is een combinatie van stress- en urge-incontinentie. Je kan immers beide samen hebben.

Deze diagnose stellen is niet zo eenvoudig. Maar al te vaak wordt de diagnose gemengde incontinentie gesteld na een behandeling voor stressincontinentie.

Overloopincontinentie

Is ongewild urineverlies door een overvolle blaas. Elke druppel urine die er in de blaas bijkomt, zal aanleiding geven tot urineverlies, zonder dat je van tevoren aandrang hebt gevoeld om te plassen. Overloopincontinentie is echter zeldzaam bij vrouwen en komt dus meer bij mannen voor.

04

Behandeling van incontinentie

Met enkele eenvoudige maatregelen kan je urineverlies voorkomen of verminderen. Door medicatie, bekkenbodembreëducatie, een heelkundige ingreep of door een combinatie van deze interventies kan ongewild urineverlies meestal goed verholpen worden.

Aarzel niet om over jouw probleem te spreken. Vaak levert een kleine inspanning grote resultaten op!



Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

dienst urologie
tel.: 011 69 95 12



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

www.sint-trudo.be

Volg ons op   