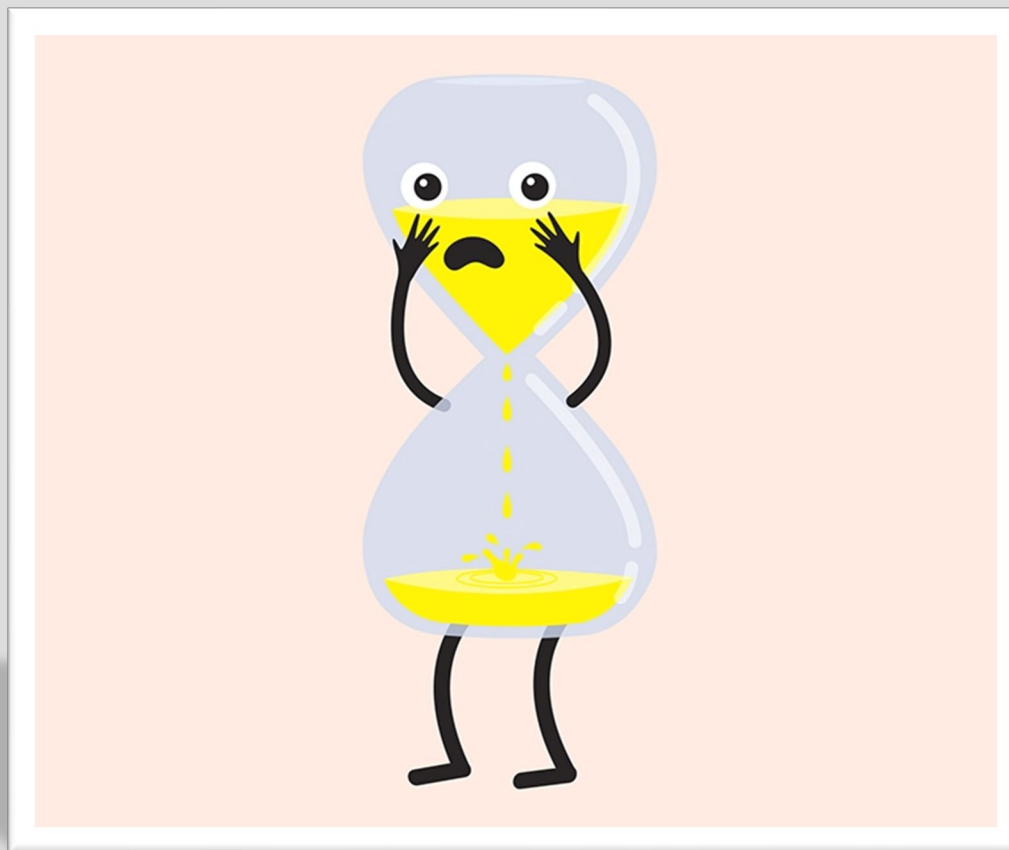


A decorative frame consisting of two thick, dark gray L-shaped bars. One bar is positioned in the top-left corner, and the other is in the bottom-right corner, creating an open rectangular frame around the central text.

INKONTINENCIA

Mgr. Jakub Belan

„Smiali sa tak, že spodkom vodu pustili“



Ako inkontinencia moču ďalej (IM) sa podľa Medzinárodnej spoločnosti pre kontinenciu (ICS – International Continence Society) označuje:



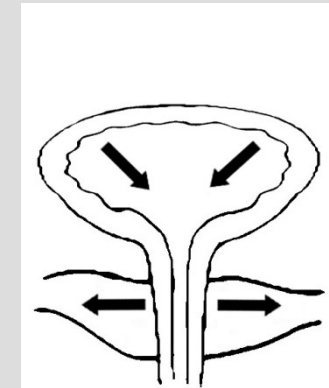
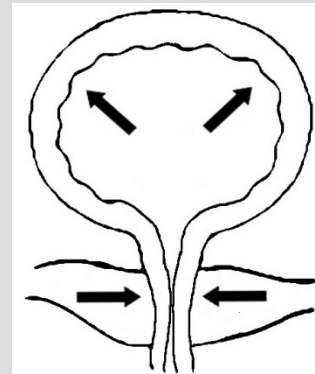
- samovoľný, nedobrovoľný únik moču
- predstavuje spoločenský alebo hygienický problém
- dá sa objektívne dokázať

Inkontinencia moču – nepredstavuje samostatné ochorenie, ale je to **PRÍZNAK**

- *poukazuje na viac alebo menej komplexné organické a/alebo funkčné poruchy dolných močových ciest.*
 - Močový mechúr
 - Močová rúra

2 fázy:

- Plniaca fáza (uskladňovacia)
- Vyprázdňovacia (močenie)



Vyvolávajúce faktory pri vzniku inkontinencie

- Pôrod
- Tehotenstvo
- Operácie v malej panve
- Oslabenie svalstva panvového dna
- Imobilita
- Funkčné zmeny – úrazy miechy, mozgu...
- Vaginálna chirurgia

Podporujúce faktory pri vzniku inkontinencie

- Obezita
- Plúcne ochorenia
- Fajčenie
- Zápcha
- Infekcie
- Rekreačné aktivity
- Medikamentózna liečba

Príčiny prechodnej inkontinencie (z angl. diapers - plienky)

Delírium

Infekcie

Atrofia slizníc

Psychogénne príčiny

Pharmakoterapia

Excesívne vylučovanie moču (hyperglykémia, DI)

Reštrikcia mobility

Stolica – hromadenie v rekte

Klasifikácia IM

- ☐ Stresová inkontinencia moču
- ☐ Urgentná inkontinencia moču
- ☐ Zmiešaná inkontinencia moču
- ☐ Reflexná inkontinencia moču
- ☐ Extrauretrálna inkontinencia moču
- ☐ Paradoxná ischiúria



Stupne inkontinencie moču

- **1. stupeň** inkontinencie - **občasný únik moču**, t.j. únik po kvapkách, alebo únik max. 1 – 2x denne
- **2. stupeň** inkontinencie - **častý únik moču**, t.j. únik prúdom niekoľkokrát cez deň objektivizovaný dôslednou anamnézou, zhodnotením mikčného denníka, alebo plienkovým testom
- **3. stupeň** inkontinencie – **trvalý únik moču**, t. j. únik niekoľkokrát denne aj v noci v ľahu, tento stupeň predovšetkým u ležiacich pacientov môže byť spojený aj s inkontinenciou stolice

Dôsledky inkontinencie moču

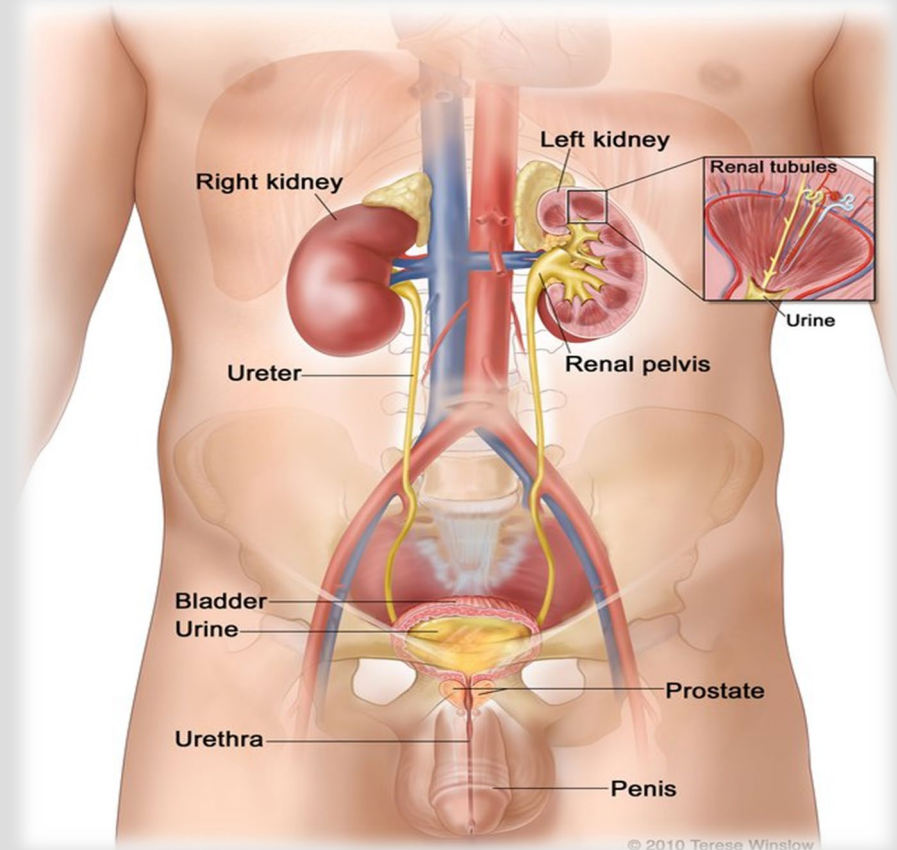
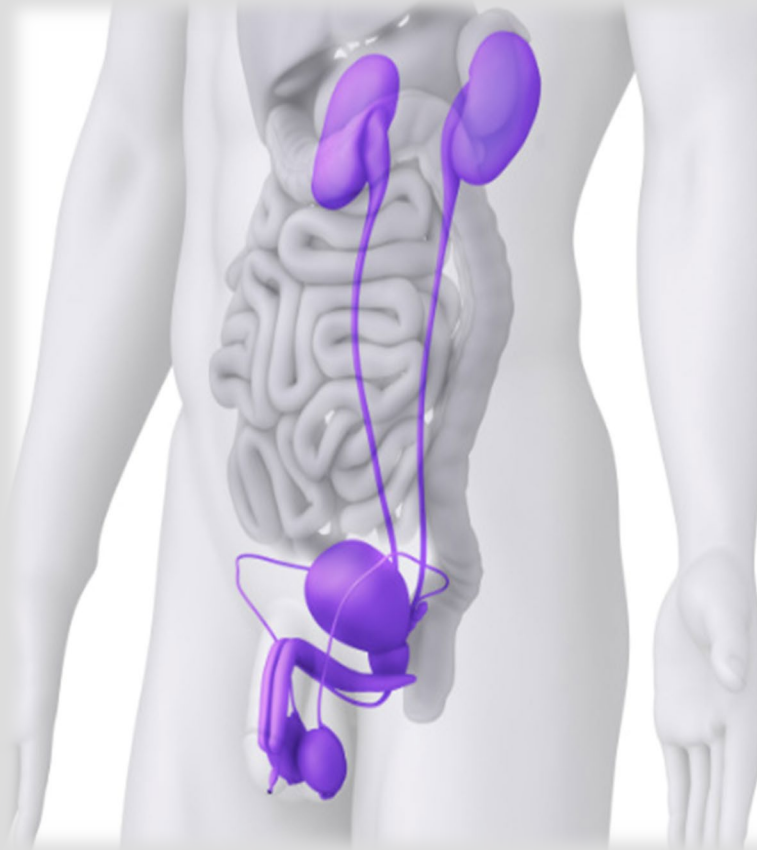
- ☐ Veľmi nepríjemné
- ☐ Závažné
- ☐ Medicínske
- ☐ Predstavujú sociálny a hygienický problém
- ☐ Ekonomický dopad

Diagnostický postup

- ☐ Objektívne potvrdenie inkontinencie
- ☐ Identifikácia príčiny (reverzibilné stavy?)
- ☐ Diferenciálna diagnostika a špecializované vyšetrenia
- ☐ Konečná diagnóza
- ☐ Návrh terapeutického postupu

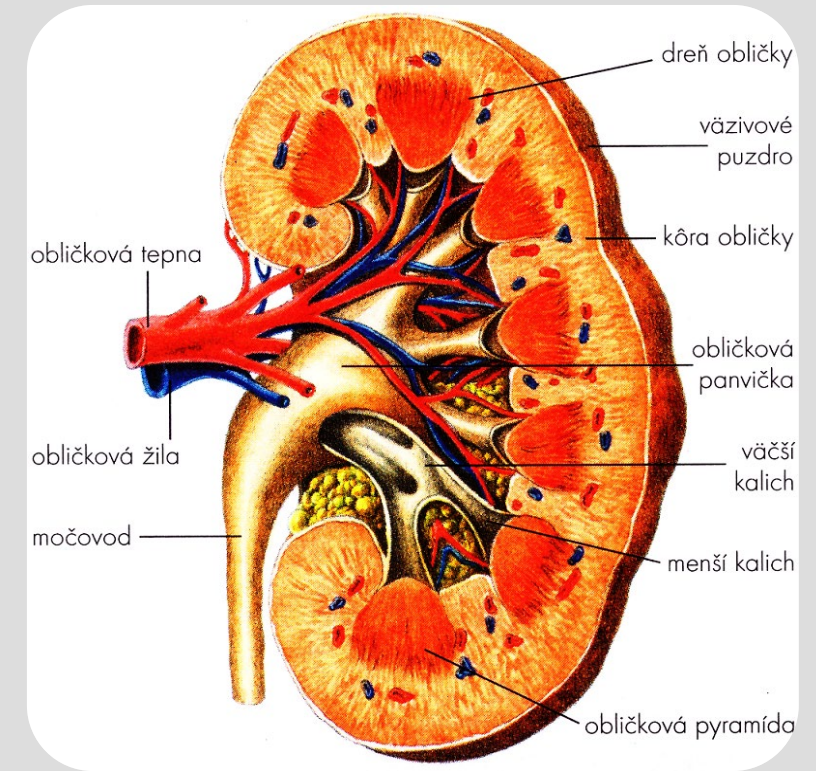


Anatómia močového systému



Oblička (Nefros)

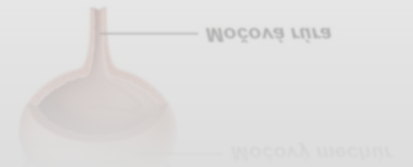
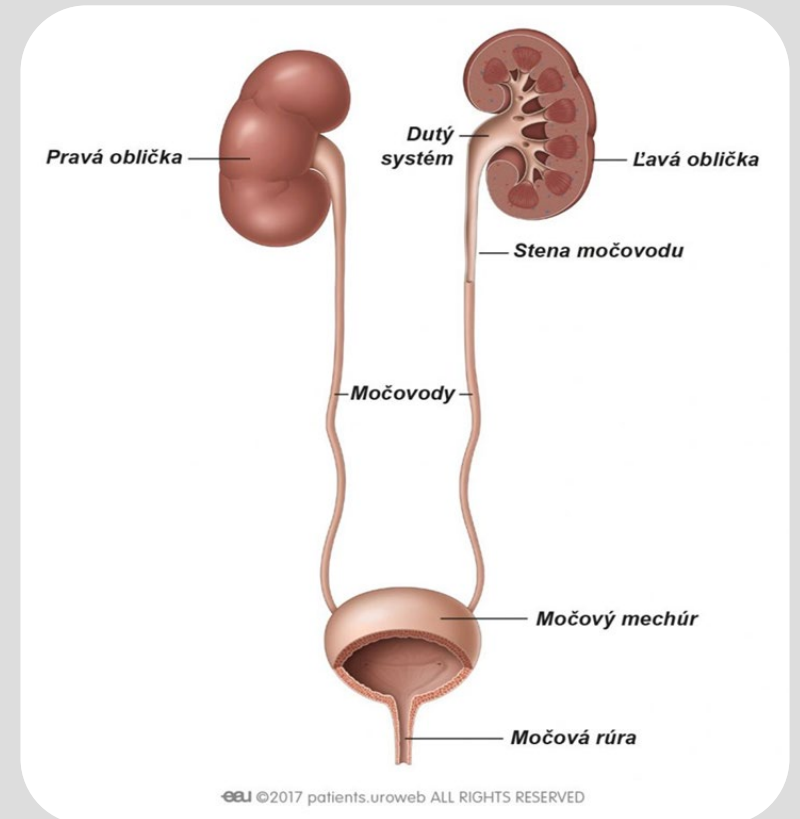
- Párový orgán fazuľovitého tvaru
 - Lokalizácia:
 - *po stranách driekovej chrbtice, v tukovom obale*
 - Pravá o niečo menšia a nižšie uložená ako ľavá
-
- ❑ Obličky pôsobia ako filter pretekajúcej krvi
 - ❑ Odstraňujú splodiny metabolizmu, regulujú množstvo vody a solí v organizme.



Močové cesty

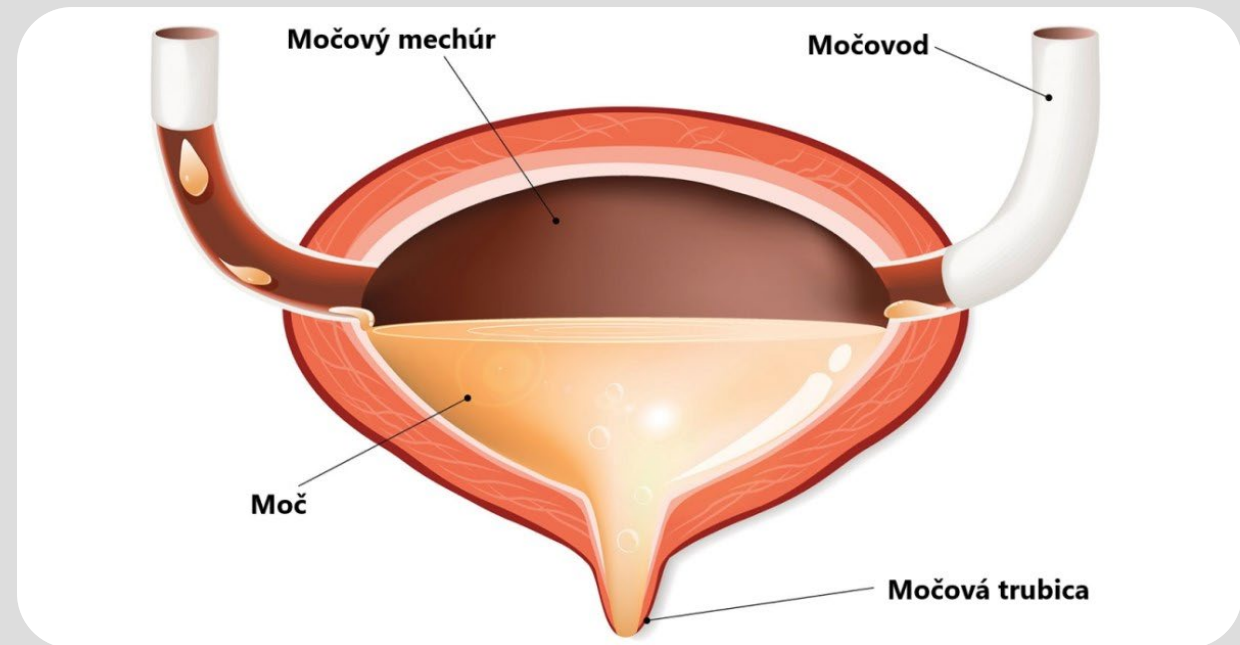
❑ MOČOVOD (URETER)

- párový trubicový orgán
- délka 25-30 cm
- Peristaltika
 - *(je pozdĺžny vlnovitý pohyb stien dutých orgánov)*
- do močového mechúra vyúsťuje ureterálnym ústím



Močový mechúr

- Dutý, rozťahnutelný, svalový orgán
- Lokalizácia: v malej panve za lonovou sponou
- Rezervoár moču
- Fyziologická kapacita 150 - 300 ml



Peristaltika

- ❑ **Peristaltika** (gr. *peristaltikos* = obopínajúci) je pozdĺžny vlnovitý pohyb stien dutých orgánov, ktorý slúži na posúvanie ich obsahu. Vytvárajú ju hladké svaly a zaisťuje ju autonómna nervová sústava. Peristaltika sa uplatňuje pri tráviacej sústave (pažerák, žalúdok, črevo), močovodoch, vajíčkovodoch a v iných dutých orgánoch.

Prevalencia IM

Prevalencia inkontinencie moču sa zvyšuje so stúpajúcim vekom.

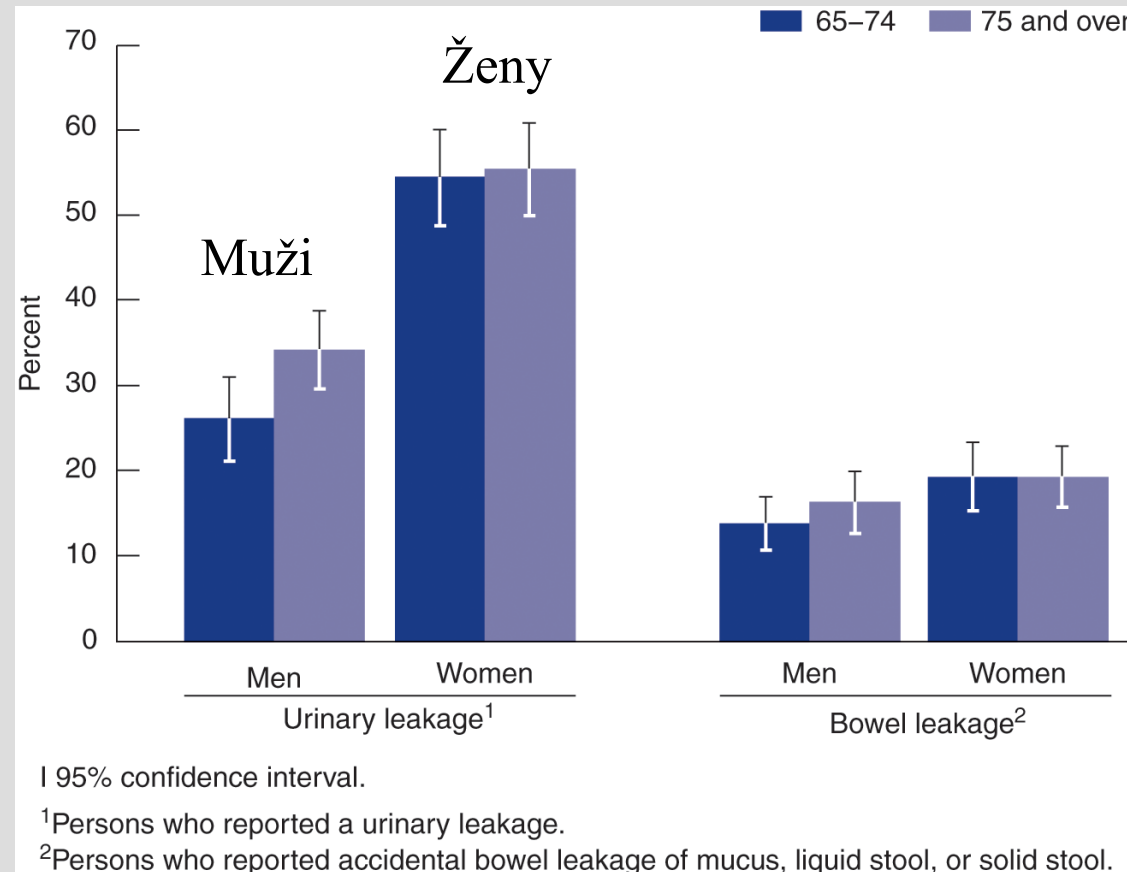
- Priemerná prevalencia na Slovensku je 25 %.
- Najnižší výskyt bol vo vekovej skupine 30 – 39 rokov (23,3 %)
- Najvyšší v skupine žien starších ako 80 rokov (55,6 %)

Stúpa podiel žien s urgentnou a zmiešanou inkontinenciou, naopak výskyt stresovej inkontinencie klesá. Vekom sa prevalencia u žien zvyšuje.

Prevalencia IM

Porovnanie vekových skupín s percentuálnym zastúpením

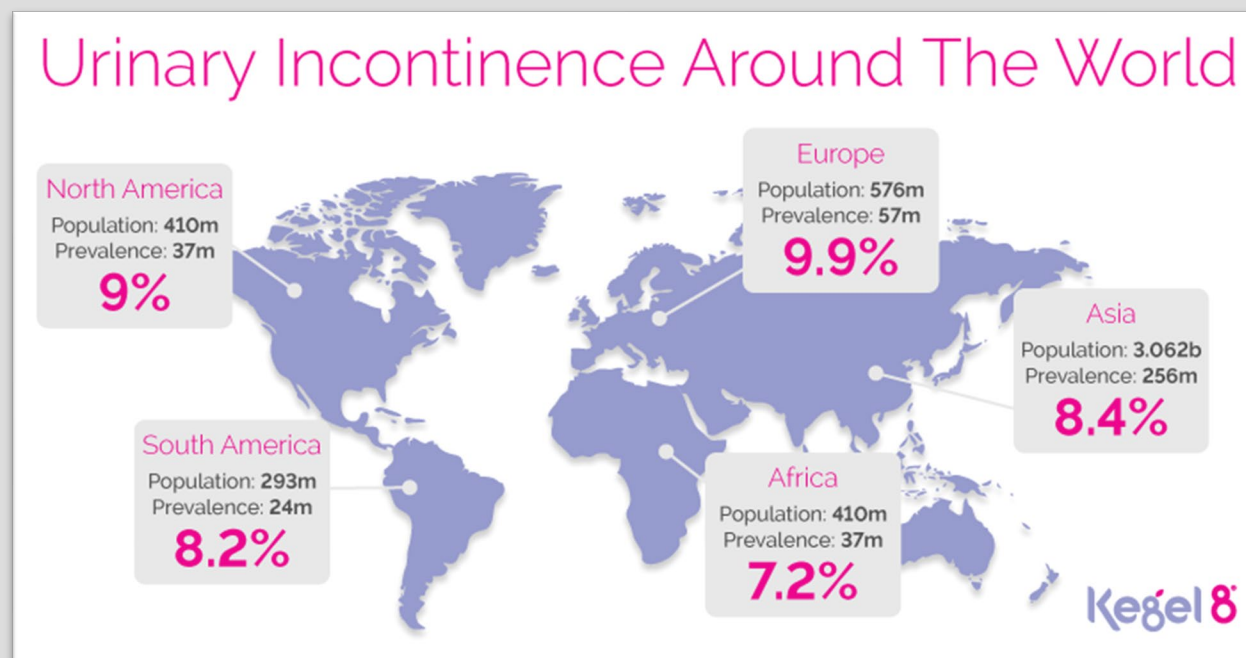
Inkontinencia
moču



Inkontinencia
stolice

Inkontinencia a svet

- ❑ Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) predstavuje inkontinencia moču „rozšírený zdravotný problém vyskytujúci sa na celom svete,,
- ❑ Napriek tomu iba menej ako polovica pacientov s únikom moču sa zavčas zverí s problémami lekárovi, pretože sa hanbia o tom hovoriť.



Základy liečby stresovej inkontinencie

- ☐ Medikamentózna liečba
- ☐ Chirurgická liečba
- ☐ Cvičenie svalstva panvového dna (Kegelove cviky)
- ☐ Behaviorálna metóda – plánované močenie, tréning MM
- ☐ Manažment tekutín
- ☐ Zmena životosprávy
- ☐ Redukcia nadváhy

Cviky na posilnenie svalov panvového dna

- ☐ PRAVIDELNÉ a SPRÁVNE
cvičenie pomôže až v 65 – 75 % prípadov
- ☐ Je potrebné odborne vysvetliť,
čo je to „sťah“ panvového dna
- ☐ Interaktívne cvičenie v pohodlí
domova s odbornou inštruktážou



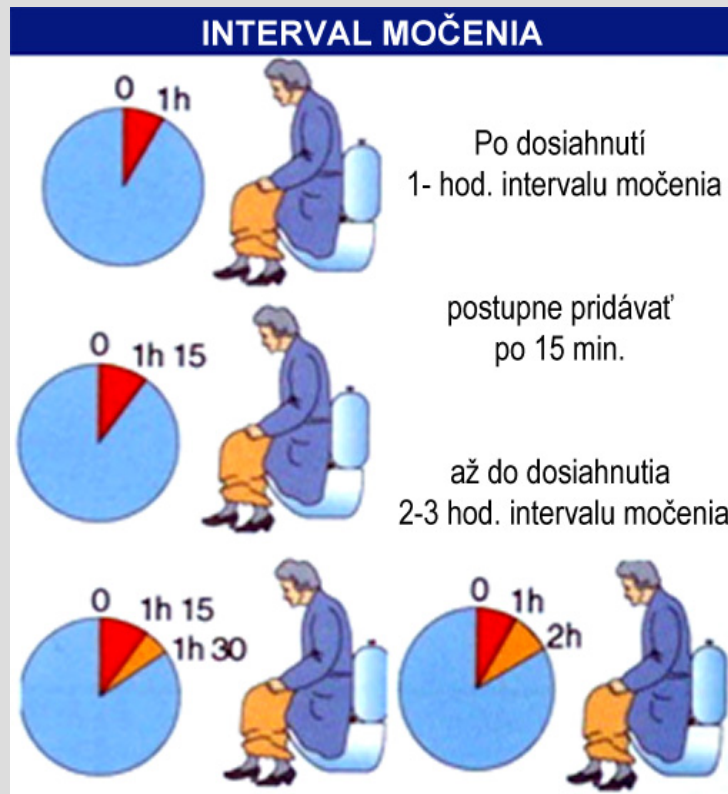
Behaviorálne techniky



časované močenie



habituálne močenie



Pomôcky hrazené poisťovňou

Ministerstvo zdravotníctva SR kategorizuje preplácanie inkontinenčných pomôcok zdravotnými poisťovňami nasledovne:

1. stupeň /občasný únik moču/ - bez úhrady

2. stupeň- finančný limit: **14,77 €**

3. stupeň- finančný limit: **51,94 €**

Predpisovanie absorpčných pomôcok

Kódy pre predpisovanie zdravotníckych pomôcok pre inkontinenciu moču podľa MKCH-10-SK-2016:

U99.0.- Inkontinencia moču a stolice, primárna diagnóza - klasifikované pre osobitné administratívne účely

U99.01 Inkontinencia moču, 2.stupeň

U99.02 Inkontinencia moču a stolice, 3.stupeň

U99.03 Inkontinencia moču a stolice, 3.stupeň, trvalá a nezvrat

LEKÁRSKY POUKAZ

Lekársky poukaz									
Zdravotná poisťovňa poisťenca					Kód lekára				
					AA				
Priezvisko a meno					Rodné číslo				
Bydlisko					Dg.				
Predpísaná pomôcka					Uhradiť				
Kód					poisťovňa		poistenec		
					euro cent		euro cent		
Vydaná pomôcka					Spolu				
Kód									
Odôvodnenie predpisu pomôcky:					Predpísal - dátum, odtlačok pečiatky, podpis				
Potreba pomôcky: trvalá ☐ dočasná ☐									
Schválil - dátum, odtlačok pečiatky, podpis					Vydal - dátum, odtlačok pečiatky, podpis				
Príjal oňa			Poradové číslo		Prípravil				
Poukaz platí 1 mesiac odo dňa vystavenia!									

14 289 0a Design © **Sot®** www.sot.sk

Absorpčné pomôcky

❑ Ochrana a pohodlie

- Anatomicky tvarované pomôcky
- Antibakteriálny povrch
- Špeciálne krútené vlákno

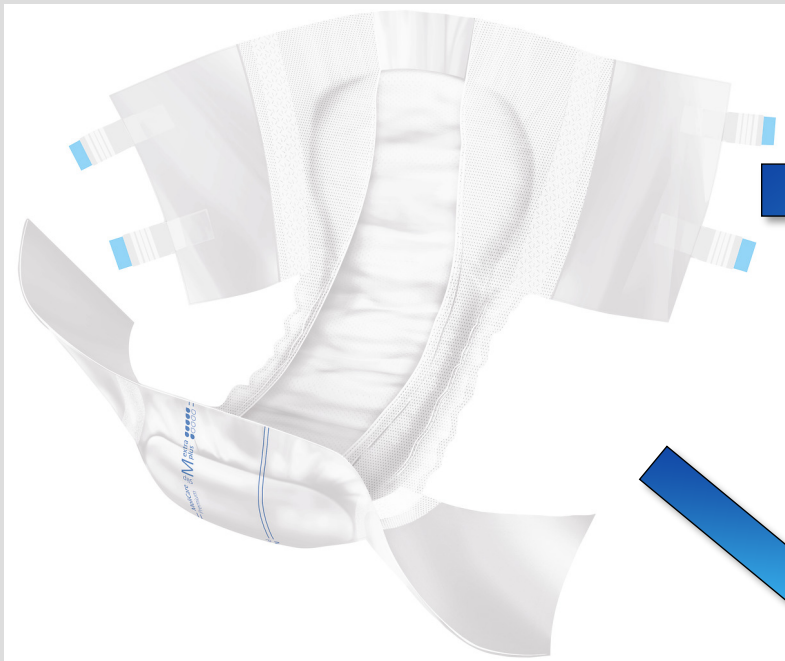
❑ Použitie

- Vhodné pre mobilných aj imobilných pacientov
- Pacienti, ktorí potrebujú pomoc pri močení
- Volíme v závislosti od stupňa inkontinencie

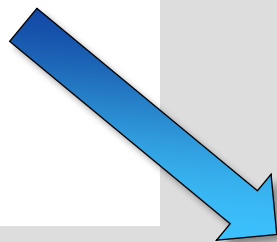
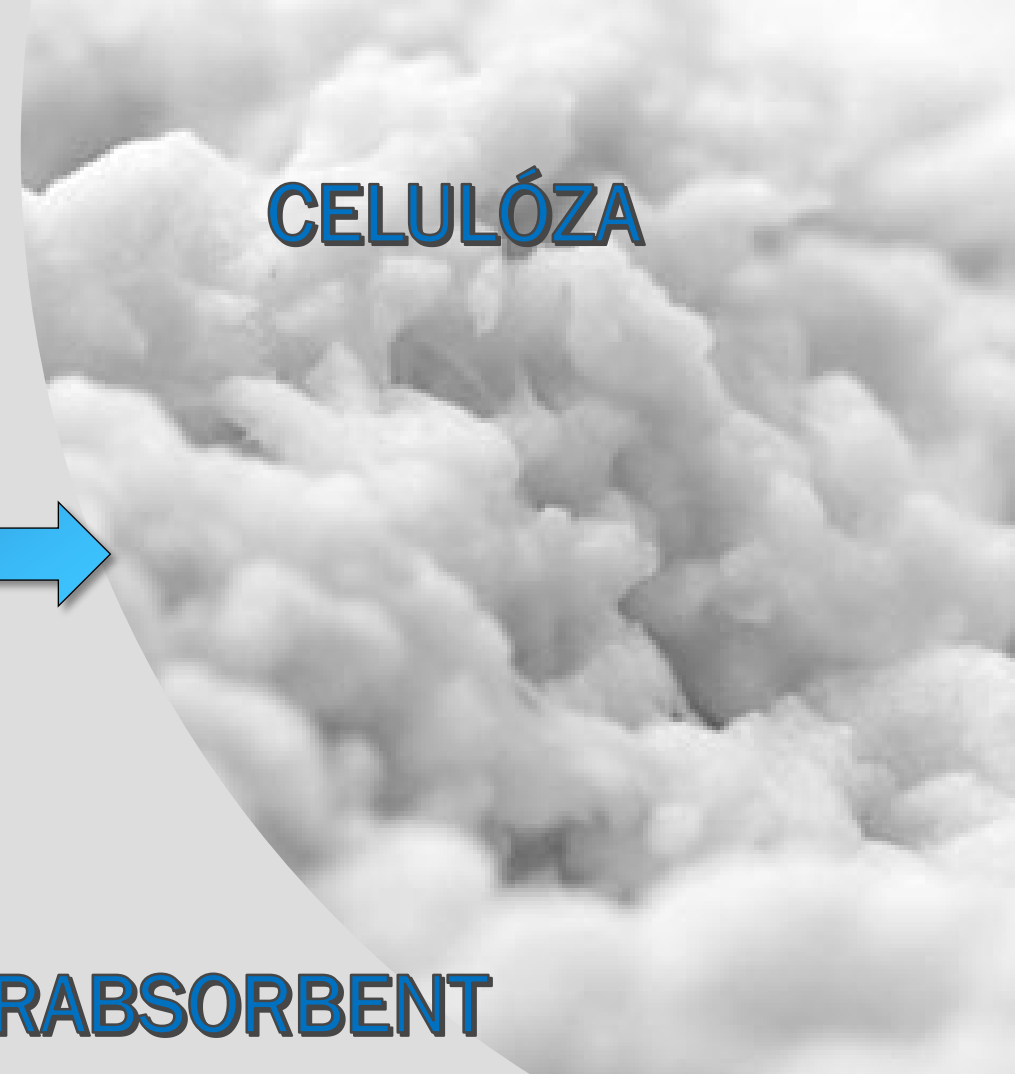
❑ Diskrétnosť

- Zvýšiť kvalitu života
- Neutralizér zápachu

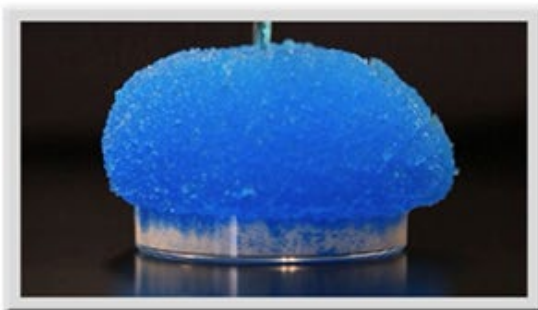
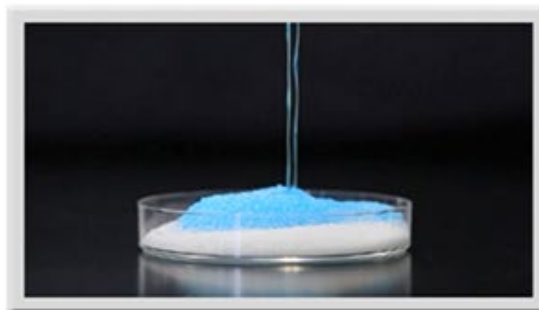
Zloženie absorpčných pomôcok



CELULÓZA



SUPERABSORBENT



Záver

- ❑ Inkontinencia moču je **problém mimoriadne aktuálny a naliehavý**
- ❑ Na liečbu inkontinencie moču a na hygienické pomôcky sa vo svete ročne vynakladá **16 miliárd amerických dolárov**, pričom tieto náklady každoročne **stúpajú o 10 %**
- ❑ Aj napriek relatívne častému výskytu a dopadu na **kvalitu života** ide o **nedostatočne riešený** medicínsky problém
- ❑ Mnoho žien trpiacich inkontinenciou moču z najrôznejších dôvodov **nevyhľadáva lekársku pomoc**
- ❑ Jednou z okolností, ktorá sa podieľa na tomto stave, je aj nedostatočné povedomie o možnostiach liečby
- ❑ V tejto súvislosti treba vyzdvihnúť úlohu lekárov a zdravotníckych pracovníkov vo **vzdelávacej a osvetovej činnosti**, vedúcej k zvýšeniu povedomia nielen u postihnutých žien

Ďakujem za pozornosť