

3 Απριλίου 2023

## **Ακράτεια ούρων στις γυναίκες: Τι την προκαλεί και πώς αντιμετωπίζεται**

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Υγεία και ιατρικά θέματα



Η ακράτεια ούρων είναι η ακούσια (χωρίς τη θέληση μας) απώλεια ούρων σε βαθμό τέτοιο που να προκαλεί πρόβλημα υγιεινής (δερματίτιδες), ή πρόβλημα κοινωνικής αποδοχής (μυρωδιές, βρεγμένα ρούχα κ.λπ.) και πρόκειται για ένα σύμπτωμα, μία κλινική εκδήλωση και όχι για μία πάθηση



«Αφορά όλες τις ηλικίες, συμβαίνει στα παιδιά και σε νέους, αλλά είναι ιδιαίτερα συχνή στην τρίτη ηλικία. Εκτιμάται ότι μία στις τέσσερις γυναίκες ηλικίας 30-59 ετών έχει παρουσιάσει έστω ένα επεισόδιο ακράτειας. Στην χώρα μας υπολογίζεται ότι το 45% των γυναικών >60 έτη παρουσιάζουν ακράτεια. Αν αυτά τα ποσοστά τα ανάγουμε στον γενικό πληθυσμό για άτομα ηλικίας άνω των 60 ετών τότε προκύπτει ότι 383.000 γυναίκες πιθανότατα αντιμετωπίζουν πρόβλημα, ενώ αν προσθέσουμε και τις άλλες ηλικίες αυτοί οι αριθμοί μεγαλώνουν κατά πολύ και καταδεικνύουν το μέγεθος του προβλήματος» επισημαίνει ο κ. Νικόλαος Μερτζιώτης Χειρουργός, Ουρολόγος - Ανδρολόγος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Μετεκπαιδευθείς στο UCL της Μεγάλης Βρετανίας, Διευθυντής Ουρολογικής Κλινικής, Επανορθωτικής και Χειρουργικής Ανδρολογίας Metropolitan General.

Πώς επηρεάζει την ποιότητα ζωής;

Η κατάσταση της ακράτειας συνοδεύεται από σημαντική νοσηρότητα, και προκαλεί ψυχικές διαταραχές, κατάθλιψη, απομόνωση και άγχος, ενώ δεν θα πρέπει να παραβλέψουμε τη σεξουαλική δυσλειτουργία.

Ένα σημαντικό μέρος του προβλήματος είναι η άγνοια γύρω από αυτό. Οι μισοί περίπου πάσχοντες δεν έχουν ποτέ συμβουλευτεί τον γιατρό για το πρόβλημά τους, ενώ και οι μη ειδικοί γιατροί σπάνια προσεγγίζουν την ακράτεια. Και οι γυναίκες που πάσχουν διστάζουν να εκμυστηρευθούν το πρόβλημά τους, ακόμα και

στον γιατρό γιατί αισθάνονται ντροπή.

Μορφές ακράτειας

Υπάρχουν 3 βασικοί τύποι ακράτειας

Ακράτεια από προσπάθεια: Οι μύες που περιβάλλουν τον αυχένα της κύστης χαλαρώνουν και δεν μπορεί πλέον η κύστη να αντιμετωπίσει μεγάλες πιέσεις. Έτσι δραστηριότητες που αυξάνουν την πίεση στην κοιλιά, όπως φτέρνισμα, βήχας, ορθοστασία, ή όταν η γυναίκα σηκώνει βάρος ή ακόμα και όταν σηκώνεται από την καρέκλα, της προκαλούν απώλεια ούρων. Είναι το είδος της ακράτειας που συνήθως παρουσιάζεται μετά από έναν τοκετό.

Άλλοι παράγοντες που ευνοούν την εμφάνιση ακράτειας από προσπάθεια είναι οι εξής:

- Εγκυμοσύνη, δύσκολος ή παρατεταμένος τοκετός
- Τραυματισμός
- Ακτινοβολία
- Προηγούμενες χειρουργικές επεμβάσεις
- Παχυσαρκία
- Κάπνισμα
- Δυσκοιλιότητα, χρόνιας βήχας και γενικά καταστάσεις που προκαλούν πίεση στα όργανα της πυέλου
- Εμμηνόπαυση

Επιτακτική ακράτεια: Η ξαφνική επιθυμία να ουρήσουμε, αλλά δεν προλαβαίνουμε να κρατηθούμε, μέχρι να φθάσουμε στην τουαλέτα. Εκείνη τη στιγμή η κύστη “σφίγγεται” (συσπάται) ακούσια, η βαλβίδα (ο αυχένας της κύστης) ανοίγει και τα ούρα πετάγονται έξω. Αυτό μπορεί να οφείλεται σε κάποια νευρολογική πάθηση αλλά πολλές φορές δεν βρίσκουμε κανένα αίτιο και λέγεται ιδιοπαθής ασταθής κύστη.

Μικτή ακράτεια: Ο συνδυασμός των δύο προαναφερθέντων τύπων.

Ακόμα η ακράτεια μπορεί να εμφανισθεί μετά από μία χειρουργική επέμβαση όπως υστερεκτομή, μία καισαρική ή και μετά από μία επέμβαση στα έντερα.

Θεραπεία της ακράτειας

Η θεραπεία μπορεί να είναι είτε φαρμακευτική είτε χειρουργική.

«Υπάρχει μια κατηγορία φαρμάκων που λέγονται αντιχολινεργικά και στοχεύουν

να θεραπεύσουν κυρίως την επιτακτικού τύπου ακράτεια, ενώ η χειρουργική θεραπεία εκτελείται αφού πρώτα ο ουρολόγος έχει κάνει επιμελή και σωστή διάγνωση για τον τύπο της ακράτειας. Υπάρχουν πολλές τεχνικές που χρησιμοποιούνται, με μικρή νοσηρότητα και πολύ μεγάλα ποσοστά επιτυχίας. Τεχνικές ελάχιστης επεμβατικότητας με τη χρήση robot ενώ η ασθενής φεύγει την ίδια ημέρα από την κλινική.

Οι τεχνικές αυτές γίνονται κυρίως για να θεραπεύσουν την “ακράτεια από προσπάθεια”, και την “ακράτεια από βλάβη του σφιγκτήρα”. Σ’ αυτές συγκαταλέγονται η ανάρτηση του κυστικού αυχένα, οι εγχύσεις γύρω από την ουρήθρα με κολλαγόνο και άλλα αδρανή υλικά, αλλά κυρίως ο τεχνητός σφιγκτήρας, μία συσκευή που τοποθετείται γύρω από την ουρήθρα και την χειρίζεται εξωτερικά ο ασθενής με παρά πολύ καλά αποτελέσματα, στα χέρια όμως έμπειρων σε αυτή την επέμβαση ουρολόγων», καταλήγει ο κ. Μερτζιώτης.

**Πηγή:** [protothema.gr](http://protothema.gr)