



FIATAL FELNŐTTEKNÉL PROBLÉMA-E AZ ÁGYBAVIZELÉS?

Minden 100 fiatal felnőtt közül körülbelül kettő éjszaka bepisil az ágyba (**enuresis nocturna**). Úgy fiatal férfiak, mint fiatal nők számára ez egy probléma lehet. A legtöbbje gyerekkora óta bepisil az ágyba. Lehet, hogy van olyan, aki gyerekkorában kapott erre segítséget, de sok olyan fiatal ember van, aki erre a problémára soha nem kapott segítséget. Lehet hogy azt hiszik, hogy az idő múlásával az ágybapilisítés javulni fog, vagy pedig azt, hogy nem lehet azon segíteni.

Van olyan éjszaka ágybavizelő fiatal, akinek lehetnek olyan nappali vizeleti problémái is, mint például az, hogy a normálnál gyakrabban és sürgősebben jár pisilni, és a pisi becsurog, ahogy a vécére siet (ezt túl **aktív húgyhólyagnak** is hívják).

Az ágybapilisítés nehezebbé teheti a mindennapi életet. Fiatal felnőtteknek kínos lehet ez a probléma, és lehet, hogy félnek attól, hogy mások megtudják. A több mosás költsége és a mosással járó munka is őket terheli. Nehéz lehet az éjszakát nem otthon tölteni vagy valaki mással ugyanabban az ágyban vagy hálószobában aludni. Nagyon aggasztó az, hogy az ágybapilisítés mit jelenthet szoros személyi kapcsolatok esetében.

VAN-E AZ ÁGYBAPISILÉSRE SEGÍTSÉG?

A jó hír az, hogy TUDNAK Önnek segíteni. Gondos felülvizsgálattal és kezeléssel az ágybapilisést gyakran meg lehet gyógyítani, még akkor is, ha az előző kezelés ezen nem segített.

Még ha nem is lehet meggyógyítani, csökkenthetjük a tüneteket, és szárazon tarthatjuk az ágyat.

MI OKOZZA AZ ÁGYBAPISILÉST FIATAL FELNŐTTEKNÉL?

Az ágybapilisést három dolog kombinációja okozza:

- a test sok vizeletet állít elő az éjszaka folyamán;
- a húgyhólyag csak kevés vizeletet tud tárolni az éjszaka folyamán ; és
- nem tud valaki teljesen felébredni az álmából.

Van olyan fiatal felnőtt, akinél valószínűleg változás is van a húgyhólyag működésében, ami megakadályozza a napközbeni normális vizelettelítést és ürítést.

10 ÁGYBAVIZELÉS FIATAL FELNŐTTEKNÉL

Világszerte folytatott kutatás alapján most már többet tudunk az ágybavizelés okairól, mint például

- az ágybavizelés örökletes lehet;
- van olyan húgyhólyag, amely nem tud sok vizet tárolni napközben, és ez problémát okozhat éjszaka;
- van olyan húgyhólyag, ami nem ürül ki egészen a végén, ami azt jelenti, hogy vizelet marad a húgyhólyagban;
- van olyan vese, ami éjszaka a normálnál több vizet állít elő; és
- A fogyasztott ételekben és italokban található sok só vagy kalcium megváltoztathatja a veseműködést.

LEHET-E AZ ÁGYBAPISILÉSNEK MÁS OKA IS?

Van más dolog is, ami megnehezítheti az ágybapisilés megakadályozását, mint

- székrekedés;
- vese- vagy húgyhólyagfertőzés;
- ha nem iszik elég vizet;
- ha valaki túl sok koffein- és/ vagy alkoholtartalmú italt fogyaszt;
- bizonyos gyógyszerek vagy illegális drogok használata; és
- allergia vagy megdagadt orrpolip és mandula, ami elrekeszti az orrot és a felső légutakat éjszaka.

HOGY LEHET AZ ÁGYBAPISILÉSEN SEGÍTENI?

A kutatás újfajta kezelésmódokhoz vezetett. Mivel az ágybapisilés fiatal felnőtteknél bonyolultabb lehet, mint gyerekeknél, így beszélnie kell egy olyan egészségügyi szakemberrel, aki külön kiképzést nyert vizeleti problémákkal kapcsolatban, ilyen egy orvos, fizioterapeuta vagy kontinencia ápoló tanácsadó. Amikor ehhez az egészségügyi szakemberhez elmegy, az a problémát felül fogja vizsgálni, általános egészségügyi vizsgálaton fog átmenni, valamint néhány tesztet fognak készíteni. Egy teszt vizsgálhatja a vizeletfolyást (ahol csukott ajtó mögött a végébe pisil). Egy másik teszt azt vizsgálja, hogy kiürül-e teljesen a húgyhólyagja. Lehet hogy megkérik, hogy vezessen otthon egy vizeletnaplót.

A kezelés attól függ majd, hogy mi derült ki a vizsgálat alatt, de lehet

- székrekedés és húgyhólyagfertőzés kezelése;
- gyógyszer vagy permet, ami növeli azt a mennyiséget, amelyet a húgyhólyag tárolni tud, vagy csökkenti azt a vizeletmennyiséget, amely az éjszaka folyamán termelődött;
- edzés, amely szabályozza azt, hogy a húgyhólyag milyen jól tárolja és üríti ki a vizet;



10 ÁGYBAVIZELÉS FIATAL FELNŐTTEKNÉL

- riasztó használata, ami csönget akkor, amikor az ágy benedvedesedik. Ez hasznos lehet fiatal felnőtteknél éppen úgy, mint gyerekeknél, de lehet hogy nem ez lesz az első dolog, amit megróbálnak;
- néhány fenti kezelés kombinációja; és
- kontinencia készítmények alkalmazása, amelyek védik az ágyat és a bőrt, valamint javítanak addig ahelyezten, amíg a kezelés tart.

Egy pár hónap eltelhet tarthat, mielőtt a kezelés hatékony lesz. Ha csak időnként szedi a gyógyszert vagy használja a vekkert, lehet hogy egyáltalán nem lesz hatékony. Néhány dolog, ami növelheti az esélyét annak, hogy száraz lesz:

- ha akar javulni;
- ha felügyelnek a kezelésére; és
- erősen igyekezzon megváltoztatni azt, amire kérték.

Ha az ágybavizelés nem javul, az nem az Ön hibája. Eben az esetben keressen meg egy szakorvost, aki a az Ön felülvizsgálata során többen tud tenni.

KÉRJEN SEGÍTSÉGET!

Megjavulhat az élet ágybavizelő fiatal felnőttek számára, Még ha nehéz is Önnek, most van itt annak az ideje, hogy segítséget kérjen.

Hívja ingyen a Szaktanácsadókat az Országos Kontinencia Telefonos Segélyszolgálatnál:

- információért
- tanácsért; és
- szórólapokért.

Az INGYENES TELEFONSZÁMON *1800 33 00 66 (8 órától 22 óráig hétfőtől péntekig), vagy

keresse fel ezt a weboldalt: www.bladderbowel.gov.au

A Telefonos Segélyszolgálat elintézhethet tolmácsot a Telefonos Tolmács Szolgálaton (TIS) keresztül. Kérjük hívja a 13 14 50-es számot hétfőtől péntekig és kérje a Telefonos Segélyszolgálatot.

* A mobil telefonról történő hívás az annak megfelelő díjba kerül.

