An Australian Government Initiative

MACEDONIAN

# 12 ОПЕРАЦИЈА ЗАРАДИ ОТСТРАНУВАЊЕ НА ПРОБЛЕМИ СО КОНТРОЛИРАЊЕТО НА МОЧНИОТ МЕУР КАЈ ЖЕНИ

Многу жени не сакајќи пуштаат малку мочка или сосем се измокруваат кога кашлаат, киваат или вежбаат (тоа се нарекува неспособност **да се контролира мочниот меур при напрегање**). Иако има многу други начини на лекување што треба прво да се пробаат, кај некои жени е потребно да се изврши операција заради овој проблем.

## ШТО ГИ ПРЕДИЗВИКУВА ПРОБЛЕМИТЕ СО КОНТРОЛИРАЊЕТО НА МОЧНИОТ МЕУР

Проблемите со контролирањето на мочниот меур главно се предизвикани од оштетување на мускулите во долниот дел на карлицата и од ткивата што ги поткрепуваат.

Долниот дел на карлицата е сочинет од слоеви од мускули и од други ткива. Тие слоеви се растегнуваат како лулка од опашката одзади, до срамната коска одспреди. Мускулите во долниот дел на карлицата вршат разни функции, на пример:

- помагаат да се затворат мочниот меур, вагината (предниот отвор), и дебелото црево (задниот отвор); и
- помагаат мочниот меур, матката (утробата) и дебелото црево да се задржат на своите места.

Повеќе за мускулите во долниот дел на карлицата може да дознаете од информативниот лист „Секоја трета жена која некогаш родила дете се измокрува не сакајќи“.

Проблемите со контролирањето на мочниот меур може да почнат кога мускулите во долниот дел на карлицата ќе ослабат поради:

- неактивност на тие мускули;
- бременост и породување;
- запек;
- прекумерна телесна тежина;
- кревање тежок товар;
- кашлица што трае долго време (на пример, пушачка кашлица или астма); или
- стареење.

## КАКО МОЖЕ ДА СЕ ОТСТРАНАТ ИЛИ НАМАЛАТ ПРОБЛЕМИТЕ СО КОНТРОЛИРАЊЕТО НА МОЧНИОТ МЕУР?

Добрата вест е дека повеќето жени можат подобро да го контролираат својот мочен меур со тоа што преку вежбање ќе ги зацврстат мускулите во долниот дел на својата карлица. Информативниот лист „Вежби за мускулите во долниот дел на карлицата за жени“ ќе ви каже како да го сторите тоа. Вашиот лекар, физиотерапевт или медицинска сестра за помош при проблеми со контролирањето на мочниот меур исто така ќе можат да помогнат.

## КОГА Е ПОТРЕБНА ОПЕРАЦИЈА?

Кај мал број жени поедноставните начини може да не успеат да им помогнат да го контролираат мочниот меур, а ненамерното пуштање мочка може да го направи секојдневниот живот тежок. Во таквите случаи може да биде потребна операција. **Операцијата никогаш не треба да биде првиот избор**. Секоја операција носи со себе опасности. Мора да поразговарате за тие опасности со вашиот хирург.

## КОЈА Е НАЈЧЕСТАТА ОПЕРАЦИЈА?

Сега има начини да се поставаат синтетички ленти однатре што ќе го прикрепуваат тесниот дел на мочниот меур. Тие ленти успешно функционираат во 8 или 9 од 10 случаи во кои причина за слабото контролирање на мочниот меур е недостигот на поткрепа на тесниот дел на мочниот меур. Овој вид операција може да се изврши со општа или со локална опојка. Најчесто не е потребно да преспиете во болница.

## КОИ СЕ ДРУГИТЕ МОЖНОСТИ?

При Берчовата колпосуспензија се користат конци што се ставаат однатре за да се формира јамка под тесниот дел на мочниот меур. Овој зафат може да се изведе со целосно хируршко отворање или преку мал отвор.

Исто така може да бидат ставени и материи во форма на желе во и околу мочниот меур за да го притиснат што подобро да се затвора. Тие материи во форма на желе не помагаат толку добро и не траат толку долго како другите операции, но тие се едноставни и помала е веројатноста дека ќе предизвикаат проблеми. И во овој случај треба да поразговарате со вашиот лекар за опасностите од операцијата.

## ИМА ЛИ НЕКОЈА НОВА ПОСТАПКА?

Постојано се вршат истражувања на начините за спречување или подобрување на проблемите со контролирањето на вршењето нужда. Ќе треба да измине некое време пред да знаеме дали новите начини на лекување што се проучуваат сега ќе бидат корисни.

## ШТО ТРЕБА ДА ГО ПРАШАТЕ ВАШИОТ ХИРУРГ?

Пред да се согласите да ве оперираат, треба да поразговарате за се со вашиот лекар. Направете список со прашања што сакате да ги поставите. Тие би можеле да бидат:

- зошто тој вид на операција бил одбран во вашиот случај;
- колку добро ќе функционира;
- подробен опис на операцијата;
- кои проблеми може да настанат, како краткорочно, така и долгорочно;
- каква лузна ќе остане, каква болка ќе претрпите;
- колку долго отсуство од работа ќе треба да земете;
- колку ќе чини; и
- колку долго ќе трае дејството?

## ПОБАРАЈТЕ ПОМОШ

Не сте сами. Слаботo контролирање на мочниот меур може да се излекува или да се подобри ако се преземат мерки.

Јавете се кај стручните советници (Expert Advisors) на Националната телефонска линија за помош при проблеми со контролирањето на вршењето нужда за да добиете бесплатни:

- информации;
- совети; и
- информативни листови.

На БЕСПЛАТНИОТ ТЕЛЕФОН* 1800 33 00 66 (од 8 ч. претпладне до 8 ч. попладне од понеделник до петок), или

Посетете го следното место на интернет: www. bladderbowel.gov.au

Телефонската линија за помош е основана во рамките на Националната стратегија на сојузната влада за постапување при проблеми со контролирањето на вршењето нужда (Commonwealth Government’s National Continence Management Strategy), а со неа управува Австралиската фондација за помош при проблеми со контролирањето на вршењето нужда (Continence Foundation of Australia).

Телефонската линија за помош  може да организира преведувач преку Телефонската преведувачка служба (Telephone Interpreter Service - TIS). Ве молиме телефонирајте на 13 14 50 од понеделник до петок и побарајте ја Телефонската линија за помош.

**Треба да знаете какви можности постојат за отстранување или намалување на проблемите со контролирањето на мочниот меур.**

* Повиците од мобилни телефони се наплаќаат според важечките тарифи.