



Broszura ta ma za zadanie pomóc ludziom w przygotowaniu się do badania pracy pęcherza.

Badanie pracy pęcherza polega na zadaniu ci pewnych pytań i wykonaniu badań fizykalnych przez lekarza lub wyszkolonego pracownika zdrowia. Badanie to pomoże znaleźć problemy z kontrolą moczu oraz ich przyczyny. Może również pomóc ci zaplanować najlepszy sposób radzenia sobie z tymi problemami.

## JAKI MASZ WYBÓR?

Badanie jest bezbolesne i masz wybór co do sposobu jego wykonania.

Każda osoba ma prawo do prywatnego i osobistego badania, które respektuje jej potrzeby i życzenia. Każdy ma także prawo nie zgodzić się na badanie lub jakkolwiek inną opiekę.

W niektórych miejscach znajdują się specjalne kliniki tylko dla mężczyzn lub tylko dla kobiet. Jeśli chcesz, by badania dokonał mężczyzna lub kobieta, poproś o to w czasie umawiania się na badanie.

Wiele klinik może bezpłatnie zorganizować tłumacza (tej samej płci, jeżeli chcesz). Dowiedz się o to w swoim miejscowym ośrodku zdrowia. Możesz przyprowadzić ze sobą członka rodziny lub znajomego, jeśli to ma cię uspokoić.

## CO MUSISZ ZROBIĆ PRZED BADANIEM?

Być może będziesz musiał przed badaniem zrobić tabelę dotyczącą oddawania moczu. Może ona wyglądać następująco:

Godzina	Upływ czasu	Uwagi
godz. 5.00	250 ml	„niewielki wyciek w drodze do toalety”
godz 7.30	70 ml	„pieczenie”
godz 9.15	160 ml	„ból”

W uwagach możesz zapisać wycieki, jakie ci się przydarzyły lub inne problemy.

By zmierzyć ilość moczu, jaką oddajesz, włóż w toalecie między nogi pojemnik (taki, jak pojemnik do lodów). Teraz usiądź na toalecie i odpręż się, trzymając stopy na podłodze. Oddaj mocz do pojemnika. Kiedy skończysz, zmierz ilość moczu, wlewając go do słoika z miarką. Mężczyźni mogą oddać mocz na stojąco bezpośrednio do słoika z miarką.

Do obliczenia, ile moczu popuścisz w ciągu dnia lub dwóch, można użyć pieluch. Możesz to zrobić, ważąc suchą pieluchę w torebce plastikowej, a następnie ważąc mokrą pieluchę w plastikowej torebce i odejmując wagę suchej pieluchy od mokrej. Możesz stwierdzić, ile popuściłeś, ponieważ każdy gram równa się jednemu mililitrowi.

# 04 BADANIE PRACY PĘCHERZA

W ten sposób:

Mokra pielucha	400 gram
Sucha pielucha	150 gram
Różnica w wadze	250 gram

Ilość popuszczona = 250 ml

## CO SIĘ BĘDZIE DZIAŁO W CZASIE BADANIA?

W czasie badania lekarz zapyta cię o twoją dietę, wagę, historię zdrowia i obecny stan zdrowia . Może cię zapytać:

- Czy bierzesz jakieś leki lub witaminy? Leki mogą powodować duże zmiany w sposobie, w jaki pracują jelita i pęcherz. Zrób listę wszystkich leków, jakie bierzesz, nie tylko przepisanych przez lekarza.
- Ile pijesz alkoholu lub kofeiny? Picie dużej ilości napoi zawierających alkohol lub kofeinę, takich jak kawa i kola, mogą rozregulować pęcherz.
- Czy masz zaparcia? Problemy z jelitami mogą osłabić mięśnie dna miednicy i rozregulować pęcherz.
- Czy zdarzają ci się „wypadki” lub wycieki z odbytu? Słabe mięśnie dna miednicy mogą oznaczać, że masz niezaplanowane wiatry lub stolec.
- (Jeśli jesteś kobietą) Czy masz dzieci? Cięża i porody mogą zmienić kontrolowanie moczu.
- (Jeśli jesteś kobietą) Czy przechodzisz menopauzę? Zmiany hormonalne mogą pogłębić problemy z pęcherzem.

## A oto niektóre testy stosowane dla zbadania kontroli moczu.

- Badanie fizykalne, które obejmować może sprawdzenie moczowodu i odbytu, (jeżeli się zgodzisz).
- Może zostać pobrana próbka moczu do zbadania.
- Przy problemach cukrzycy i prostaty, mogą zostać wykonane badania krwi.
- Hydrodynamika moczu, to specjalny test dla pokazania, jak pracuje twój pęcherz.
- Badanie ultrasonograficzne może zostać wykonane, jeśli trzeba się więcej dowiedzieć na temat pracy twojego pęcherza.



## PAMIĘTAJ

---

Bez względu na to, o jakiego rodzaju test zostaniesz poproszony, możesz zapytać:

- Kto go wykona?
- Jak zostanie wykonany?
- Na ile to pomoże?

Masz prawo zdecydować, czy chcesz się poddać badaniu, czy nie.

---

## SZUKAJ POMOCY

---

Nie jesteś sam. Ze słabą kontrolą nad pęcherzem można sobie lepiej radzić, jeśli się ją leczy. Jeżeli nie będziesz robić nic, może się ona pogorszyć.

Jeśli masz jakies pytania dotyczące kontroli nad pęcherzem lub jelitami, możesz zadzwonić do:

Służby Porad Specjalistycznych przez Krajową Infolinię ds. Trzymania Moczu lub Stolca po bezpłatną:

- informacje
- porady i
- broszury

pod NUMER BEZPŁATNY\* 1800 33 00 66 (od 8.00 do 20.00 od poniedziałku do piątku), lub

odwiedź stronę internetową [www.bladderbowel.gov.au](http://www.bladderbowel.gov.au)

Infolinia finansowana jest w ramach Krajowej Strategii Rządu Federalnego Dotyczącej Trzymania Moczu lub Stolca i zarządzana jest przez Australijską Fundację ds. Trzymania Moczu i Stolca.

\* Rozmowy z telefonów komórkowych naliczane są po obowiązujących stawkach.