



# OPERACJA NA ZARADZENIE PROBLEMOM Z KONTROLOWANIEM PRACY PĘCHERZA U KOBIET

Wiele kobiet doświadcza wycieków moczu lub moczy się, kiedy kaszle, kicha lub wykonuje ćwiczenia (nazywa się to **nietrzymaniem stresowym**). O ile istnieje wiele rodzajów leczenia do wypróbowania najpierw, to niektóre kobiety wymagają w przypadku tego problemu operacji.

---

## CO POWODUJE PROBLEMY Z KONTROLOWANIEM PĘCHERZA?

---

Problemy z kontrolowaniem pęcherza powodowane są głównie przez uszkodzenie mięśni dna miednicy oraz podtrzymujących ich tkanek.

Dno miednicy składa się z warstw mięśni i innych tkanek. Te warstwy rozpięte są jak hamak wokół pęcherza i pochwy od kości ogonowej z tyłu do kości łonowej z przodu. Mięśnie dna miednicy wykonują wiele rzeczy, jak:

- pomagają w zamknięciu pęcherza, pochwy (przedniego przejścia) i odbytu (tylnego przejścia); oraz
- pomagają utrzymać pęcherz, macicę (łono) i jelito we właściwym miejscu.

Możesz dowiedzieć się więcej na temat mięśni dna miednicy z broszury „Jedna na trzy kobiety, które urodziły kiedyś dziecko, moczy się”. Problemy z kontrolowaniem pęcherza zaczynają się, kiedy mięśnie dna miednicy zostają osłabione przez:

- nie utrzymywanie ich w stanie aktywności;
- ciążę i urodzenia dziecka;
- zaparcia;
- nadwagę;
- podnoszenie ciężarów;
- kaszlenie, które ciągnie się przez długi czas (np. kaszel palacza lub astma); lub
- starzenie się.

---

## JAK MOŻNA LECZYĆ PROBLEMY Z KONTROLOWANIEM PĘCHERZA?

---

Na szczęście większość kobiet może kontrolować pęcherz wzmacniając mięśnie dna miednicy poprzez ćwiczenia. Broszura „Ćwiczenia mięśni dna miednicy dla kobiet” mówi o tym, jak. Twój lekarz, fizjoterapeuta lub pielęgniarka wyspecjalizowana w zagadnieniach trzymania moczu również będą mogli ci pomóc.

# OPERACJA NA ZARADZENIE PROBLEMOM Z KONTROLOWANIEM PRACY PĘCHERZA U KOBIET

## KIEDY WYMAGANA JEST OPERACJA?

W przypadku niewielkiej liczby kobiet prostsze metody utrzymania pęcherza pod kontrolą mogą zawieść i wyciekanie moczu może utrudnić codzienne życie. W takich przypadkach konieczna może być operacja. **Operacja nigdy nie powinna być rozważana w pierwszej kolejności.** Każda operacja wiąże się z ryzykiem. Musisz porozmawiać o tych ryzykach z chirurgiem.

## JAKA OPERACJA JEST NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANA?

Są obecnie możliwe sposoby na umieszczenie wewnątrz syntetycznych taśm i wsparcia szyjki pęcherza. Taśmy te sprawdzają się w 8-9 przypadkach na 10, kiedy brak wsparcia szyjki pęcherza jest przyczyną słabej kontroli pęcherza. Tego typu operacja może zostać wykonana pod znieczuleniem całkowitym lub miejscowym. Jest to często chirurgia jednego dnia.

## JAKIE SĄ INNE OPCJE?

Zawieszenie pochwy (Burch colposuspension), przy którym stosuje się szwy wprowadzane do wewnątrz w celu utworzenia nosidła pod szyjką pęcherza. Może to zostać wykonane przy pomocy operacji otwartej lub chirurgii endoskopowej.

Wstrzykiwane środki w formie żelu mogą być również umieszczone w -, oraz dookoła szyjki pęcherza, by ją zaokrąglić, tak, żeby zamykała się lepiej. Te żele nie działają tak dobrze, ani nie są tak trwałe jak inne zabiegi operacyjne, ale są proste i stanowią mniejsze ryzyko problemów. I tutaj również należy porozmawiać ze swoim lekarzem na temat ryzyka operacji.

## CZY JEST COŚ NOWEGO?

Stale trwają badania dotyczące sposobów leczenia nietrzymania moczu lub stolca. Upłynie sporo czasu, zanim będziemy wiedzieć, czy opracowywane obecnie nowe metody leczenia będą użyteczne.



# OPERACJA NA ZARADZENIE PROBLEMOM Z KONTROLOWANIEM PRACY PĘCHERZA U KOBIET

## O CO POWINNAŚ ZAPYTAĆ SWOJEGO LEKARZA?

Przed wyrażeniem zgody na operację, powinnaś porozmawiać o niej dokładnie ze swoim chirurgiem. Przygotuj listę pytań, które chciałabyś zadać. Mogą do nich należeć kwestie:

- dlaczego ten typ operacji został wybrany dla ciebie;
- na ile jest ona skuteczna;
- na czym polega ta operacja;
- jakie problemy mogą powstać – zarówno w krótkim, jak i w długim okresie czasu;
- jakiego rodzaju blizna pozostanie, jakiego rodzaju ból będziesz odczuwać;
- jak długie zwolnienie z pracy powinnaś wziąć;
- ile to będzie kosztować; i
- jak długo trwać będą skutki tej operacji?

## SZUKAJ POMOCY

Nie jesteś jedyna. Słabe kontrolowanie pęcherza może być wyleczone lub znoszone, jeśli będzie leczone.

Zadzwoń do Służby Porad Specjalistycznych przez Krajową Infolinię ds. Trzymania Moczu lub Stolca po bezpłatnie:

- 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.

Infolinia może zorganizować tłumacza za pośrednictwem Telefonicznej Służby Tłumaczy (TIS). Prosimy zadzwonić pod numer 13 14 50 od poniedziałku do piątku i poprosić o połączenie z Infolinią.

**Wiedz, jakie są twoje opcje leczenia problemów z kontrolowaniem pęcherza.**

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

