TAGALOG

PAGPAPAOPERA PARA SA MGA PROBLEMA SA PAGKONTROL NG PANTOG SA KABABAIHAN

Marami sa mga kababaihan ang tinatagasan ng ihi o nababasa ang kanilang mga sarili kapag sila ay umubo, bumahin o nag-eehersisyo (ito ay tinatawag na **stress incontinence**). Habang may maraming mga paggagamot na maaari munang subukan, may ilang mga kababaihan na kailangang magkaroon ng operasyon para sa problemang ito.

ANO ANG MGA SANHI NG MGA PROBLEMA SA PAGKONTROL NG PANTOG?

Ang mga problema sa pagkontrol ng pantog ay pangunahing sanhi ng pinsala sa kalamnang pelbik at sa mga tisyu na sumusuporta sa mga ito.

Ang kalamnang pelbik ay binubuo ng mga suson na kalamnan at iba pang mga tisyu. Ang mga suson na ito ay nababanat tulad ng isang duyan sa paligid ng pantog at puwerta mula sa gulugod sa likod ng buto ng puklo sa harap. Ang kalamnang pelbik ay gumagawa ng ilang mga bagay, tulad ng:

- tumutulong sa pagsara ng pantog, ng puwerta (daanan sa harap) at ng puwit (daanan sa likod); at
- tumutulong sa pagsasalo ng pantog, ng bahay-bata (matris) at ng bituka sa tamang lugar.

Maaari kang makakuha ng higit na kaalaman tungkol sa kalamnang pelbik sa polyetong “Isa sa Tatlong Babaeng Nagsilang ng Sanggol ay Dumaranas ng Di-sinasadyang Pagkaihi”. Ang suliranin sa pagkontrol ng pantog ay maaaring magsimula kapag ang mga kalamnang pelbik ay nagiging mahina dahil sa:

- hindi napapanatiling aktibo ang mga kalamnan;
- pagbubuntis at panganganak;
- pagtitibi;
- pagiging sobra sa timbang;
- pagbubuhat ng mabibigat;
- tumatagal na ubo (tulad ng ubo ng isang naninigarilyo o hika); o
- pagtanda.

PAANO MAGAGAMOT ANG MGA PROBLEMA SA PAGKONTROL NG PANTOG?

Ang magandang balita ay makokontrol na nang mas mahusay ng karamihan sa mga kababaihan ang kanilang mga pantog sa pamamagitan ng mas mahusay na pagsasanay ng kanilang kalamnang pelbik. Ang polyetong “Pagsasanay ng Kalamnang Pelbik para sa Kababaihan” ay nagsasabi sa iyo kung paano ito ginagawa. Makakatulong din ang iyong doktor, pisiyoterapiko o nars na tagapayo para sa pagpipigil ng pag-ihi/pagdumi.

PAGPAPAOPERA PARA SA MGA PROBLEMA SA PAGKONTROL NG PANTOG SA KABABAIHAN

KAILAN KAILANGAN ANG PAGPAPAOPERA?

Para sa isang maliit na bilang ng mga kababaihan ang mas simpleng mga paraan ay maaaring hindi makatulong sa pagkontrol ng pantog, at ang pagtutulo ng ihi ay makapagpapahirap sa bawat araw ng iyong buhay. Sa ganitong mga kadahilanan, ang pagpapaopera ay maaaring kailanganin. **Hindi kailanman dapat na unang pipiliin ang pagpapaopera**. Lahat ng pagpapaopera ay may mga panganib. Kailangan mong talakayin ang mga panganib sa iyong manggagamot.

ANO ANG PINAKA-KARANIWANG URI NG PAGPAPAOPERA?

Sa ngayon ay marami ng pamamaraan upang ilagay ang sintetikong mga tape(synthetic tapes) sa loob para suportahan ang leeg ng pantog. Ang mga tape na ito ay gumagana nang 8 o 9 na beses sa bawat 10 kapag ang kakulangan ng suporta para sa leeg ng pantog ang siyang sanhi ng mahinang pagkontrol ng pantog. Ang ganitong uri ng pagpapaopera ay maaaring gawin sa ilalim ng pangkalahatan o lokal na pampamanhid. Kadalasan ito ay isang araw lamang na pagpapaopera .

ANO PA ANG IBANG MAPAGPIPILIAN ?

Ang tinatawag na burch colposuspension ay gumagamit ng mga tahi na inilalagay sa loob upang makagawa ng isang sabitan (sling) sa ilalim ng leeg ng pantog. Ito ay maaaring gawin sa pamamagitan ng binibiyak o ‘ala-butas ng susiang’ pagpapaopera.

Ang mga itinuturok na mga gamot na pormang gel(gel form) ay maaari ring ilagay sa paligid ng leeg ng pantog para gawin itong mapintog upang ito ay magsara nang mabuti. Ang mga gel ay hindi gumagana na kasing husay at nagtatagal tulad ng ibang mga pagpapaopera, subalit ang mga ito ay simple at malamang na di gaanong magiging sanhi ng mga problema. Muli, dapat mong talakayin ang mga panganib ng pagpapaopera sa iyong doktor.

MAYROON BANG ANUMANG BAGAY NA BAGO?

Mayroong patuloy na pananaliksik tungkol sa mga paraan upang magamot ang kawalan ng pagpipigil sa pag-ihi/ pagdumi. May ilang panahon pa bago natin malaman kung ang pinauunlad na bagong mga pamamaraan ng paggagamot ay magiging kapaki-pakinabang.

PAGPAPAOPERA PARA SA MGA PROBLEMA SA PAGKONTROL NG PANTOG SA KABABAIHAN

ANO ANG DAPAT MONG ITANONG SA IYONG SIRUHANO?

Bago sumang-ayon sa pagpapaopera, dapat mong talakayin ito nang husto sa iyong siruhano. Gumawa ng listahan ng mga nais mong itanong. Maaaring maging sakop nito ang:

- bakit pinili itong uri ng pagpapaopera para sa iyo;
- kung gaano kahusay na gagana ito;
- ang mga detalye ng gagawing pagpapaopera;
- ano ang mga problemang maaaring mangyari, sa kapwa maikli o mahabang panahon?
- anong uri ng peklat ang maiiwan, at anong klase ang sakit na iyong mararamdaman;
- gaano katagal ang bakasyon na kailangan mong kunin;
- magkano ang halaga nito; at
- gaano katagal ang mga epekto nito

HUMINGI NG TULONG

Hindi ka nag-iisa. Ang mahinang pagkontrol ng pantog ay maaaring gumaling o mas mahusay na mapangasiwaan kung ito ay ginagamot.

Tawagan ang Ekspertong Mga Tagapayo sa Pambansang Linyang-pantulong ukol sa Pagpipigil ng Pag-ihi/ Pagdumi para sa libreng:

- impormasyon;
- payo; at
- mga polyeto.

Sa LIBRENG TAWAG* 1800 33 00 66 (8 n.u - 8 n.g. Lunes - Biyernes), o

Bisitahin ang website na ito: www.bladderbowel.gov.au

Ang Linyang-pantulong ay pinondohan sa ilalim ng Pambansang Estratehiya ng Pangangasiwa ng Continence ng Pamahalaang Komonwelt at pinangangasiwaan ng Continence Foundation of Australia.

Maaaring isaayos ng Linyang-pantulong (Helpline) ang interpreter sa pamamagitan ng Telephone Interpreter Service (TIS). Mangyari lamang na tumawag sa 13 14 50 Lunes hanggang Biyernes at hilingin ang Linyang-pantulong (Helpline).

Alamin ang iyong mga mapagpipilian upang malutas ang mga problema sa pagkontrol ng pantog.

* Ang mga tawag mula sa teleponong mobile ay sinisingil sa naaangkop na halaga.