Неконтролирано исфрлање на измет

Што е неконтролирано исфрлање на измет?

Луѓето кои страдаат од неконтролирано исфрлање на измет имаат тешкотии да го контролираат дебелото црево. Поради тоа тие вршат голема нужда во погрешно време или на погрешно место. Тие исто така без контрола може да испуштаат гасови.

Кој страда од неконтролираното исфрлање на измет?

Од неконтролирано исфрлање на измет страда најмногу едно лице на 100 луѓе. Тоа станува почеста појава со стареењето, меѓутоа се јавува и кај многу млади луѓе.

Многу луѓе кои страдаат од неконтролирано исфрлање на измет може исто така да страдаат од неконтролирано мокрење.

Што го предизвикува неконтролираното исфрлање на измет?

За неконтролираното исфрлање на измет постојат неколку причини:

Олабавување на мускулите

Олабавување на мускулите околу чмарот или сфинктерот (прстенестиот мускул стегач) може да се должи на:

- Породување
- Некои видови на операции - на пример, операцијата за отстранување на мајасил (хемороиди) на дебелото црево
- Повреда

Сериозен пролив (дијареа)

Проливот може да биде повремена или постојана појава, во зависност од причината. Тој може да се јави како резултат на:

- Инфекција - најчестата причина, на пр. гастроентеритис
- Несакани последици од некои лекови, како што се антибиотиците
- Синдромот на надразнато дебело црево
- Дивертикулитис (запаление на проширувањето на дебелото црево во облик на џеб)
- Некои специфични (и релативно ретки) болести, како што се: гнојно запаление на дебелото црево или хронично запаление на цревата (Кронова болест)
- Претходна радиотерапија

Запек и неспособност воопшто да се оди по голема нужда

Ова е најверојатно најчестата причина за појава на неконтролирано исфрлање на измет меѓу постарите и онеспособените лица.

Овој вид на неконтролирано исфрлање на измет често се карактеризира со многу тврда и нередовна столица, со епизоди на неконтролирано празнење или пролив. Човек не знае кога ќе се случи.

Постојат различни фактори кои предизвикуваат запек. Во нив спаѓаат:

- Слаба исхрана - со мала концентрација на влакнести ткива
- Слабо примање на течности
- Слаба подвижност
- Некои лекови; на пример, некои лекови против болки
- Различни болести

Растројство на нервниот систем

Понекогаш неконтролираното исфрлање на измет може да се јави како последица од некоја болест и повреда на нервите. Како резултат на тоа може да дојде до:

- Недостаток на осет, не чувствувате потреба да го испразните дебелото црево
- Загуба на осетливоста на нервите што ги држат мускулите на сфинктерот стегнати и со тоа го држат чмарот затворен

На пример, следниве невролошки заболувања понекогаш може да предизвикаат неконтролирано исфрлање на измет:

- Искривување на 'рбетот
- Повреда на 'рбетниот мозок
- Повеќекратна склероза
- Излив на крв во мозокот
- Деменција (старачка заборавеност)

Болести на долниот дел од дебелото црево

Неконтролираното исфрлање на измет може исто така да се јави како последица од следниве болести на долниот дел од дебелото црево:

- Рак
- Пукнатина на чмарот/гнојни чиреви
- Мајасил (хемороиди) на дебелото црево

Проценка

Има многу, различни и можни причини, па затоа е потребно да се изврши детална проценка за да може да се одреди кои се причините и можните фактори.

Секој оној што не може да го контролира исфрлањето на измет треба да оди да се провери кај неговиот доктор. Исто така, треба веднаш да се советувате со докторот ако имате било кој од овие симптоми:

- Промена во вообичаените навики за одење по голема нужда
- Болка или крварење при одењето по голема нужда
- Чувство дека дебелото црево никогаш не е целосно испразнето
- Темен или црн измет
- Необјаснето губење на тежина

Проценката обично вклучува:

- Разговор
- Физички преглед
- Водење евиденција (на табела) кога одите по голема нужда и што јадете
- Проверки што ќе се извршат може да вклучуваат колоноскопија или клистер/плакнење на цревата
- Упат да одите на преглед кај специјалист ако има потреба за тоа, како на пример, кај колоректален хирург или гастроентеролог

Како да се однесувате

Општо правило е да се лекува состојбата во основа. Запомнете: неконтролираното исфрлање на измет е знак и не е болест. Ова значи дека лекувањето ќе зависи од причината што ќе биде утврдена.

Лекувањето може да вклучува:

За сериозен пролив

• Што се јавува од инфекција:

Во многу случаи се остава состојбата сама да се поправи. Обично се советува да се земаат повеќе течности.

• Што се јавува од лекови:

Лечењето зависи од лековите што се одговорни за појавата на оваа состојба. Докторот може да ви предложи да земате некој друг лек. Никогаш не престанувајте да го земате лекот што ви е препишан без да се советувате со докторот.

• Што се јавува од други причини:

Лекувањето на пролив што се јавува како резултат на некоја болест на дебелото црево може да вклучува земање лекови или операција за да се реши постоечкиот проблем. Докторот може да ви препиши лекови за стврднување на столицата или за поретко излегување по голема нужда.

За запек и неспособност воопшто да се оди по голема нужда

Запекот често без тешкотија се отстранува со:

- Лекување на постоечкиот проблем
- Исхрана богата со влакнести ткива (fibre)
- Примање на течности во количина од најмалку 1,5 литри на секои 24 часа (6-8 шолји), освен ако докторот ви препорача поинаку
- Вежби

Ако вопшто не можете да одите по голема нужда, тогаш можеби ќе биде потребно да употребите лекови за чистење, па дури и чепчиња или клистири (за да дознаете повеќе, видете во брошурата "Constipation and Urinary Incontinence" ("Запек и неконтролирано мокрење").

За олабавување на мускулите

За да ги зајакнете мускулите што се наоѓаат на дното од карлицата и на прстенестиот мускул на чмарот, може да ви помогне ако се лекувате кај специјалист физиотерапевт. Програмата на лекување може да вклучува вежби за мускулите на дното на карлицата, електрична стимулација на мускулите или биофидбек (техника на манипулирање со неповолните процеси во телото). Можеби ќе треба да земете упат за колоректален хирург.

За нервно растројство

Неконтролираното исфрлање на измет може тешко да се контролира ако е поврзано со нервно растројство. Понекогаш, многу ефикасен начин на лекување - контролирање на проблемот е намерно да се предизвика запек (на пример, со лекови) што ќе се проследи со редовно одење по голема нужда со помош на клистири или чепчиња.

За деменција (старечка заборавеност)

Лицата кои страдаат од деменција или конфузија може да не ја чувствуваат или препознаваат потребата да одат по голема нужда. Поради тоа губат контрола на нормалното празнење на дебелото црево. Ова обично се случува откако ќе јадат, посебно после појадок.

Ако се набљудува лицето за да се види како се однесува, утврдите кога лицето се подготвува да оди по голема нужда и однесете го в клозет во правиот момент.

Побарајте помош

Не сте сами. Неконтролираното исфрлање на измет може да се излечи или подобро да се контролира ако се лечи.

Кој може да ви помогне?

- Вашиот доктор.
- National Continence Helpline (Националната информативна линија за контрола на мочниот меур или дебелото црево) на **1800 33 00 66** - повикот е бесплатен. (Може да се организира да ви помогнат преведувачи по телефон).
- Социјалните работници од вашата заедница или здравствени работници физиотерапевти.
- Специјално одредени советници за контрола на мочниот меур или дебелото црево, кои ги има во болниците, месните здравствени центри, клиниките за контрола на мочниот меур или дебелото црево, во центрите за помош и информации или канцелариите на Continence Foundation Australia (Фондацијата за контрола на мочниот меур или дебелото црево на Австралија).

Преведувачи. Некои служби можат бесплатно да ви организираат помош од преведувач (ако сакате, од истиот пол). Прашајте во вашата служба.

Преведувачките услуги по телефон се поефтини и често можат веднаш да се добијат. На пример, телефонската линија Translating and Interpreting Services (TIS) Doctors Priority Line (Преведувачки услуги по телефон со приоритет на користење за доктори) им овозможува на докторите кои работат приватно да разговараат со пациентите кои слабо го зборуваат англискиот јазик. Вашиот доктор може да резервира преведувач ако телефонира на 1300 131 450.

Можете да добиете повеќе информации од другите брошури од оваа серија:

- Неконтролирано мокрење. Што е тоа?
- Добри навики за секого за одење по мала нужда
- Програма на вежби за зајакнување на мочниот меур
- Вежби за мажи за зајакнување на мускулите на дното од карлицата
- Вежби за жени за зајакнување на мускулите на дното од карлицата
- Деменција и неконтролирано мокрење
- Запек и неконтролирано мокрење
- Проблеми со мочниот меур и простата
- Производи и средства за неконтролирано мокрење или исфрлање на измет
- Неконтролирано мокрење или исфрлање на измет: Митови и факти
- Што е проценка на способноста за контрола на мочниот меур или дебелото црево?
- Десет прашања што најчесто се поставуваат
- На една од три жени што родиле им се испушта мочка
- Операции за жени кои страдаат од неконтролирано мокрење при напор