



Inkontinens

Definitioner og symptomer

Frank Schmidt, Ovl. Ph.D.
Urinvejskirurgi og Klinik for
Bækkenbundslidelser
Aarhus Universitets Hospital (AUH)

Definitioner og symptomer (den korte)

- Patienten eller borgeren tisser i bukserne
- Patienten eller borgern har våde bukser



Definitioner

- Urinikontinens defineres som ufrivilligt tab af urin/ vandladning på et tidspunkt, hvor det er hverken socialt eller hygiejnisk acceptabelt.
- Er en heterogen tilstand, som kan svinge fra tab af få dråber til konstant siven af urin.
- Få dryp (fx efterdryp eller lidt dryp ved spring på trampolin er IKKE inkontinens.

Definitioner

Definition:-

- It is defined as involuntary or uncontrolled of urine from the bladder sufficient to cause a social or hygienic problem.

URINARY INCONTINENCE

(AKA MICTURITION)
URINATION
HAPPENS
INVOLUNTARILY



AFFECTS...
• PERSONAL
HYGIENE
• SOCIAL LIFE

URINARY INCONTINENCE

- Urinary incontinence (UI), defined as the involuntary leakage of urine, is a common clinical condition that occurs frequently in older adults.
- **Urinary incontinence is not a normal part of aging. It is a loss of urine control due to a combination of:**
 - Age related changes.
 - Genitourinary pathology.
 - Comorbid conditions and medications.
 - Environmental Obstacles.

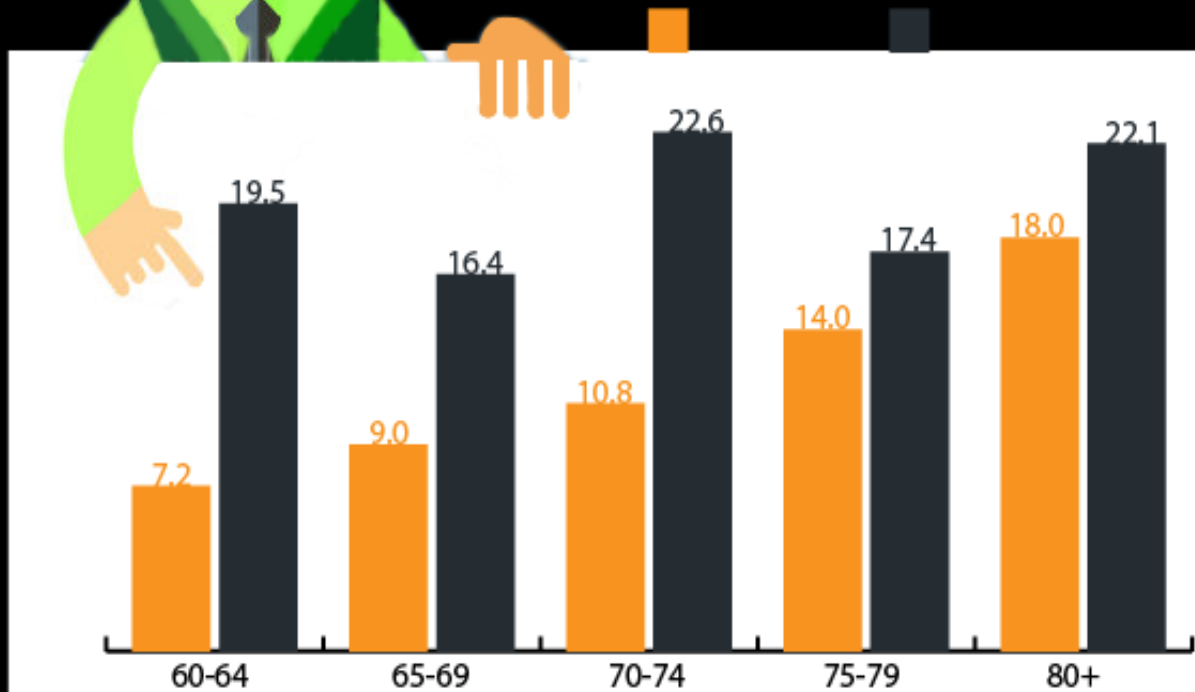
DEFINITION

- BLADDER INCONTINENCE/URINARY INCONTINENCE -

- Urinary incontinence means there is loss of bladder control which leads to unintentional passing of urine

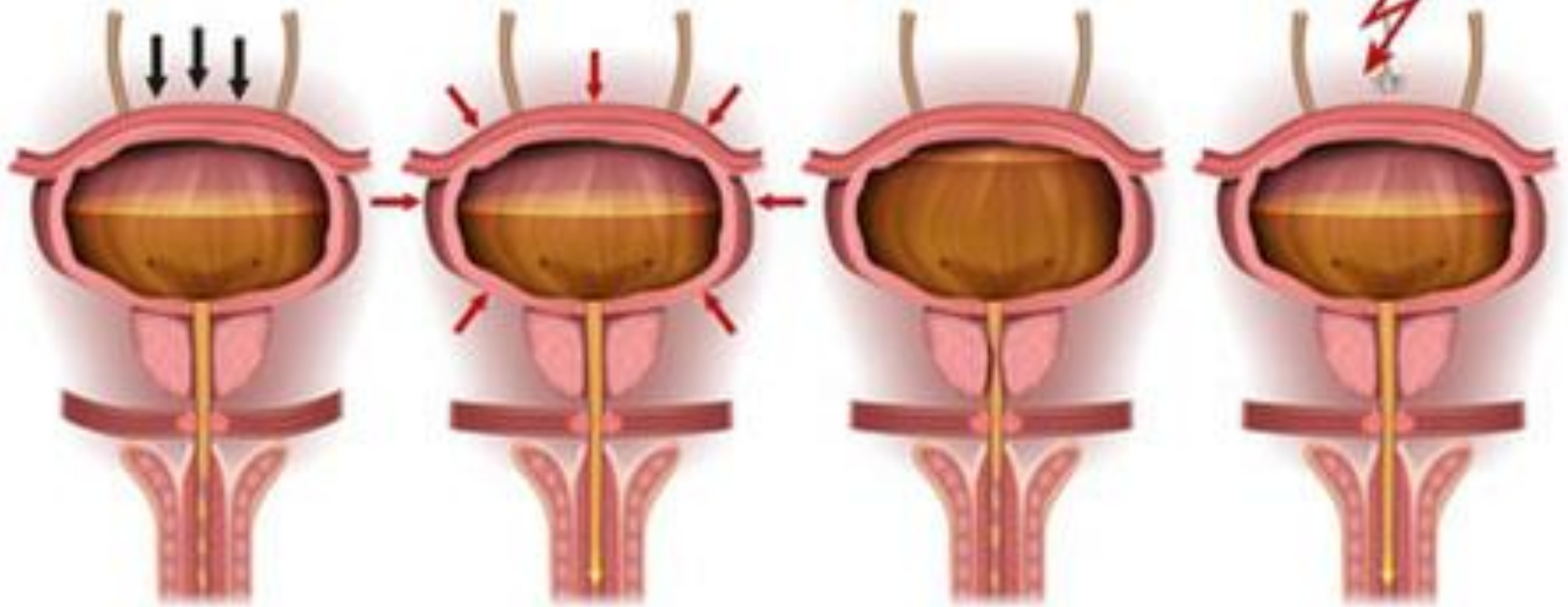


Worldwide Prevalence (%) of Urinary Incontinence in Men and Women by Age Group



Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Types of Incontinence (*Incontinentia vesicae*)



Stress Incontinence
due to increased abdominal pressure under stress (weak pelvic floor muscles)

Urge Incontinence
due to involuntary contraction of the bladder muscles

Overflow Incontinence
due to blockage of the urethra

Neurogenic Incontinence
due to impaired functioning of the nervous system

Types of Incontinence

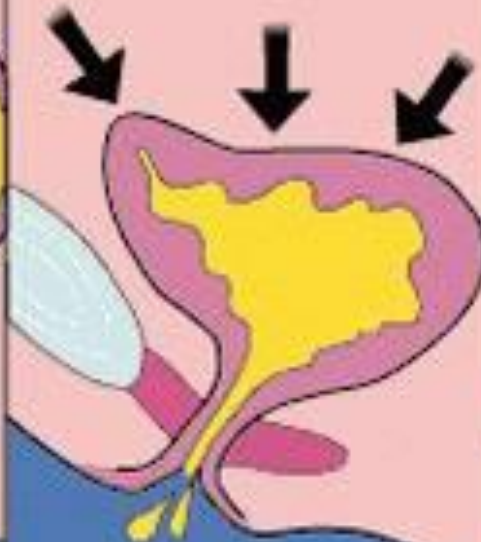
Overflow

- Urethral blockage
- Bladder unable to empty properly



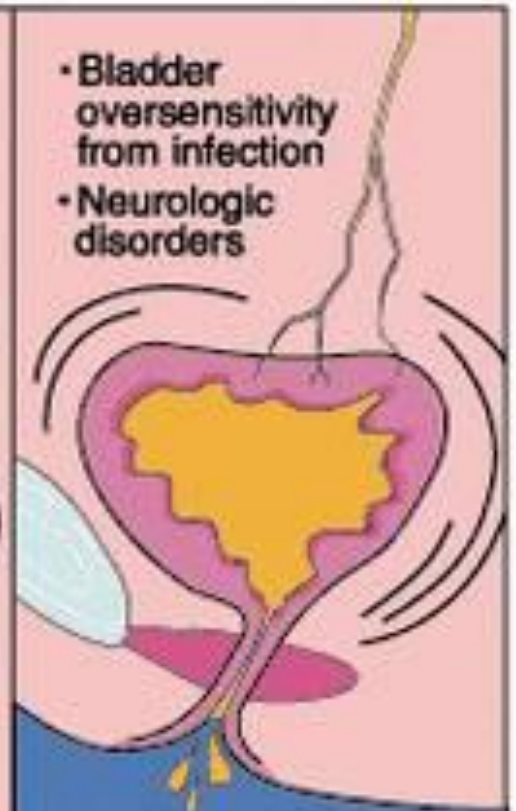
Stress

- Relaxed pelvic floor
- Increased abdominal pressure



Urge

- Bladder oversensitivity from infection
- Neurologic disorders



Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Table 3

Overview of Urinary Incontinence Types

Incontinence Type	Common Causes	Common Symptoms	Pharmacological Treatments
Urge incontinence (detrusor overactivity)	Stroke Alzheimer's disease Parkinson's disease BPH with overflow	Urgency and frequency, day or night	Anticholinergic drugs Oxybutynin Tolterodine Others
Stress incontinence (outlet incompetence)	Urologic procedures, history of multiple childbirths	Small volumes of urine loss with coughing, sneezing	Alpha agonists, topical estrogen
Mixed UI and SI	See UI and SI, above	Symptoms described in both above types	Dependent on symptoms that predominate
Overflow incontinence	BPH Fecal impaction	Poor stream, incomplete emptying	Alpha-adrenergic blockers (e.g., terazosin and tamsulosin)
Atonic bladder	Severe diabetic neuropathy, stroke	Complete loss of bladder control	Intermittent catheterizations
Functional incontinence	Inability to get to the bathroom, change in mental status	Symptoms will vary	Eliminate causes

Source: Adapted from References 6, 21-26.

Urininkontinens

Vi taler om fire former for urininkontinens

1) Stress inkontinens

Utæthed ved host, hop, grin, fysisk aktivitet.

2) Urge inkontinens (trængnings inkontinens)

Utæthed forudgået af kraftig vandladningstrang, som ikke kan undertrykkes.

3) Blandings inkontinens

Der er både kraftig trang OG utæthed ved fysisk aktivitet.

4) Overløbsinkontinens

Pts blære er ”overfyldt” og ”løber over” også kaldt Iscuria paradoxa

Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Stress-inkontinens definition

Genuine stress urinary incontinence

Urinary loss which occurs with sudden elevation of the intra abdominal pressure **without detrusor contraction** is called stress urinary incontinence



Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Stress-inkontinens definition

Severity	Definition
Stress urinary incontinence grade 0	No urine loss found
Stress urinary incontinence grade I	Urine loss in droplets while standing
Stress urinary incontinence grade II	Urine loss in a stream while standing
Stress urinary incontinence grade III	Urine loss in a stream while lying down

Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Urge-inkontinens definition

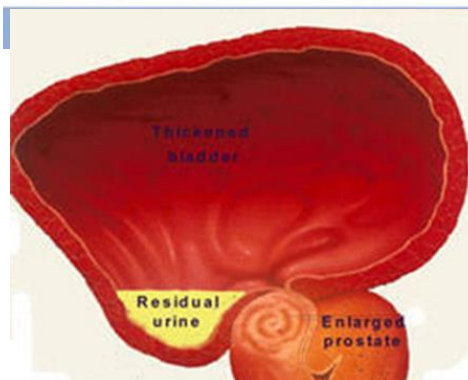
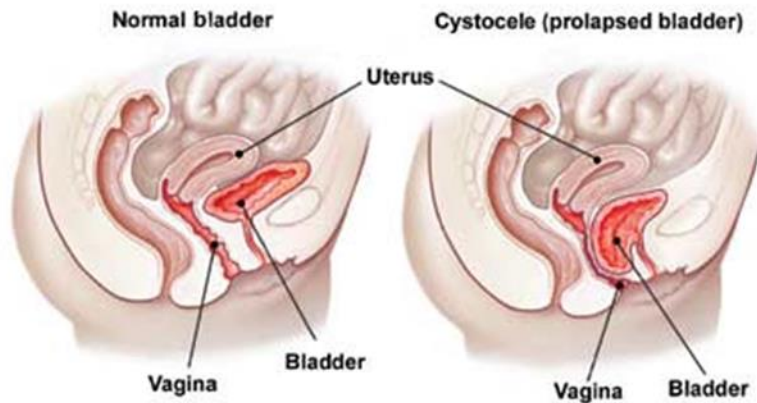
- Ved urgency/urge inkontinens har man en pludselig, stærk og uimodståelig trang til at lade vandet. Dette fører ofte til store ufrivillige vandladninger.
- Tilstanden skyldes, at man ikke kan undertrykke vandladningsrefleksen, som man ellers normalt kan, og der udtømmes derfor en større mængde urin. Tilstanden kaldes også for "våd" overaktiv blære syndrom.
- Ved såkaldt "tør" overaktiv blære syndrom har man en tilsvarende hyppig og stærk trang til at lade vandet, men uden at trangen følges af en uønsket vandladning.

Hvilke former for inkontinens taler vi så om?

Overløbs inkontinens definition

- Ved overløbs-inkontinens forstås små hyppige vandladninger, og en sivende lækage ind imellem.
- Dette skyldes, at blæren er "overfyldt" og løber over.
- Denne type inkontinens er den, man skal være mest opmærksom på at fange, da tilstanden skyldes en kronisk overfyldte urinblære, som med tiden bliver slap og får svært ved igen at fungere normalt

Hvilke former for inkontinens taler vi så om? Overløbs inkontinens definition



Research. All rights reserved.



Stress inkontinens

- Forekommer stort set kun hos kvinder.
- Utæthedens kommer UDEN forudgående vandladningstrang.
- Kommer ved fysisk aktivitet som host,
 - hop, grin, tunge løft, samleje osv osv.

Forekommer stort set kun hos kvinder, der har været gravide tidligere i livet.

Hos mænd stort set kun efter operationer i urinvejene fx Radikal prostatectomi.

Kan forekomme hos personer med visse neurologiske lidelser, især parkinson, neuropatier og efter apoplexi.

Ofte kun små portioner.

Kraftig trængning (urge)

- Kraftig vandladningstrang på tider, hvor blæren ikke er fuld. Tiltager med alderen. Kaldes også OverAktiv Blære (OAB)



Urge- eller trængningsinkontinens

- Hos yngre primært hos kvinder.
- Hos ældre lige hyppigt hos mænd og kvinder
- Utæthed FORUDGÅET af vandladningstrang
- Oftest store portioner, evt. en fuldstændig blæretømning.
- Ses ofte hos personer med nervesygdomme som Parkinson, Alzheimer, Sclerose, tidl. blodprop i hjernen, spinal stenose, discus prolaps mmm.

Urge- eller trængningsinkontinens

- Mænd med prostatahypertrofi (kan vedblive efter afløbsforbedrende indgreb)
- Ptt. der har fået strålebehandling mod bækkenet (senfølge)
- **IDIOPATISK** urge inkontinens, pt som har urge inkontinens **UDEN** at vi har fundet nogen årsag.

OverAktiv Blære

- Medfører ofte hyppige og små vandladninger.
- Medfører ofte natlige vandladninger.
- Er socialt invaliderende.
- Man kender alle toiletter ned at strøget, supermarkedet, ved sociale arrangementer osv.



OverAktiv Blære

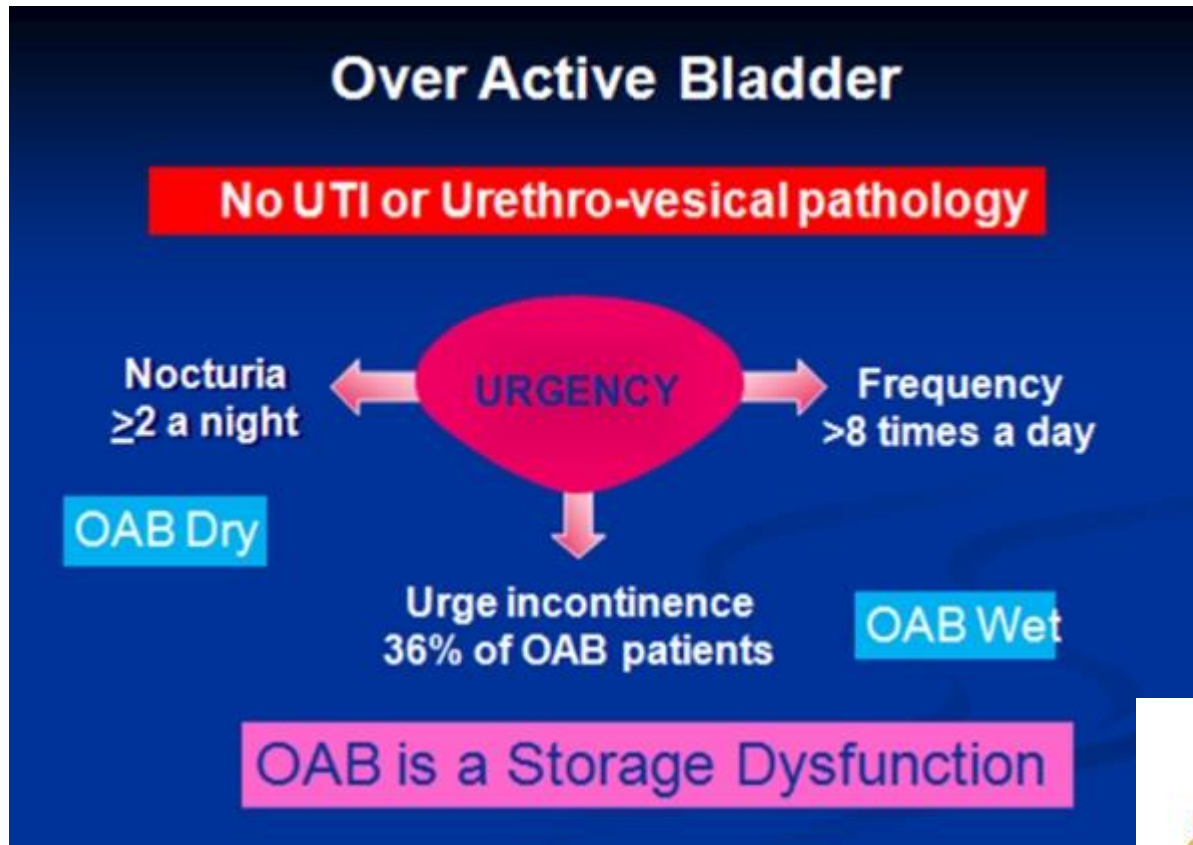
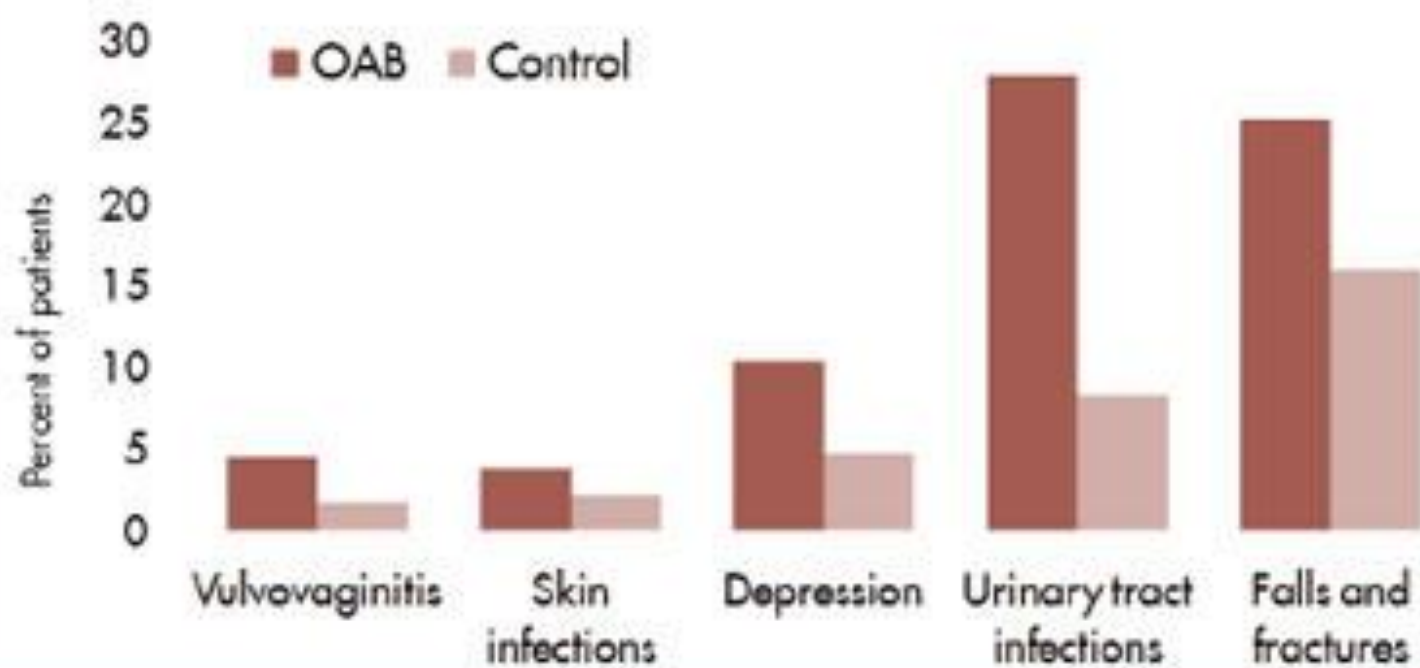


Figure 1: Prevalence of OAB comorbidities¹¹



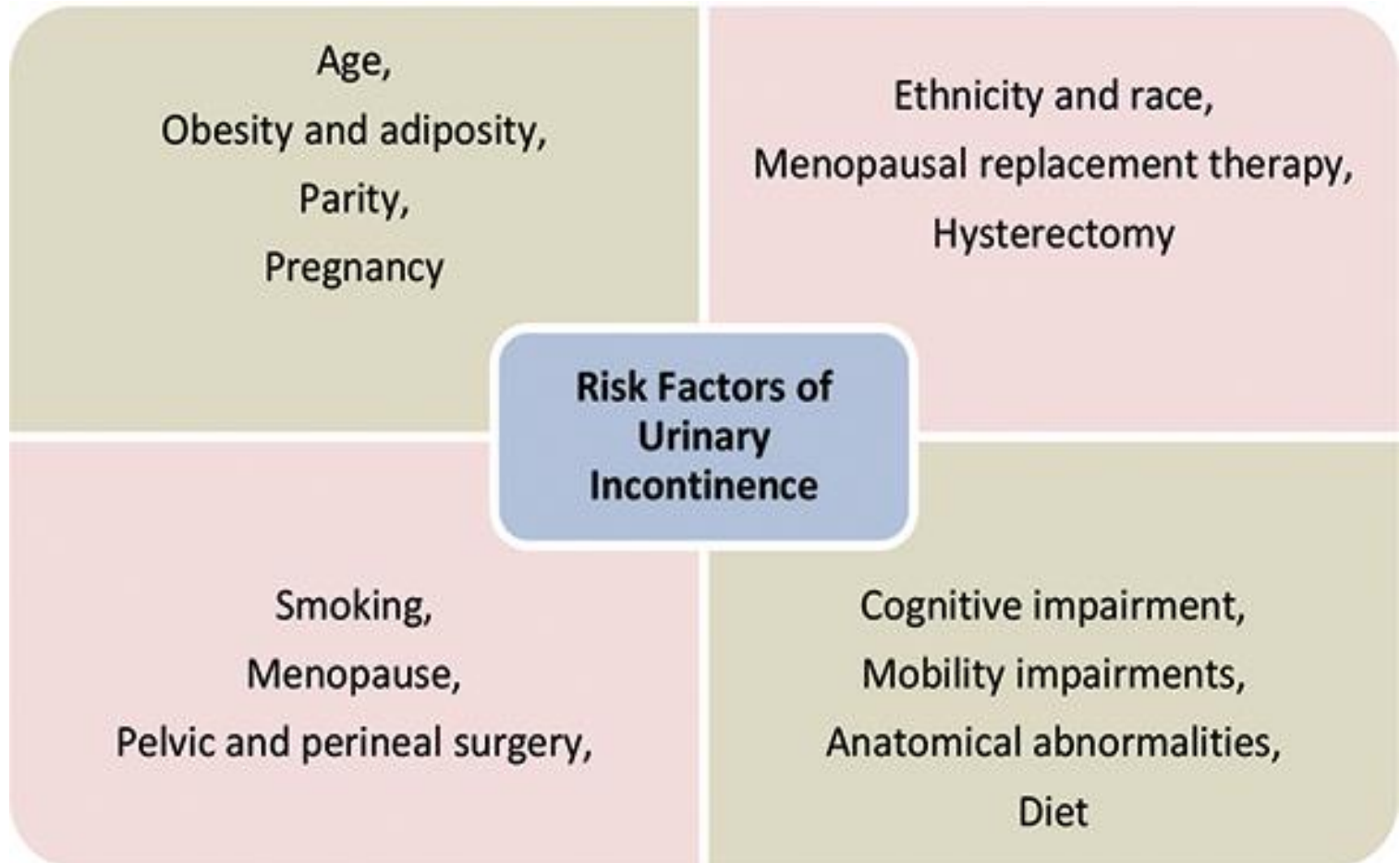
Dårlig blæretømning (residualurin)

- Oftest hos mænd
- Kan også forekomme hos kvinder.
- Forekommer hos mænd med forstørret prostata
- Forekommer hos kvinder med nedsænkning af underlivets organer
- Forekommer hos personer med neurologiske lidelser
- Forekommer hos personer med ”selskabsblære”

Overløbsinkontinens

- Overløbs-UI (ischuria paradoxa) skyldes et højt blæretryk forårsaget af en overfyldt blære (kronisk retention). Patognomisk for denne tilstand er natlig inkontinens uden urgency.
- Kommer ofte i løbet af kort tid, ikke snigende.
- Må ALDRIG forveksles med OAB
- Undersøg om der er stor rest-urin.

Risikofaktorer for inkontinens (fra en fysioterapeuts synspunkt)



Funktionel inkontinens

- Funktionel inkontinens opstår som følge af faktorer uden for urinvejene som nedsat førlighed eller kognition, toiletvægning etc.
- Skyldes at man ikke kan nå et toilet inden for normal tid, når vandladningstrangen melder sig.
- Således ikke et urologisk problem, men et bolig, omsorg/pleje eller "hjælpemiddel" problem.

Funktionel inkontinens

Functional Incontinence

- ***physical or psychological impairment that results in incontinence when the urinary tract is healthy***
- ***causes:***
 - Decreased mobility
 - Pain
 - Clothing
 - Psychological factors

How might these issues cause incontinence when the urinary tract is healthy?



Funktional inkontinens

6 Tips to Manage Functional Incontinence



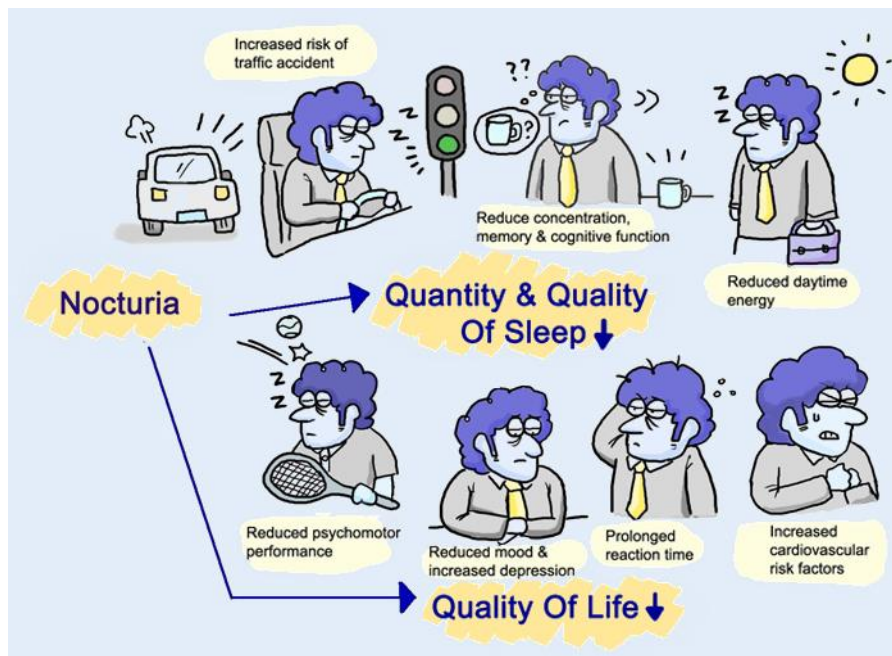
1. Improve Accessibility & Mobility
2. Clear the Path to the Bathroom
3. Use Incontinence Products
4. Choose the Right Clothing
5. Make a Timed Voiding Schedule
6. Establish Communication Cues

Statusartikel

- Statusartikel Ugeskr Læger 2023;185:VI0220594
Urininkontinens
- Caroline Sollberger Juhl¹, Margrethe Andersen², Robert S. Larsen³ & Charlotte Graugaard-Jensen&
- 1) Gynækologisk Afdeling, Aalborg Universitetshospital, 2) Urologisk Afdeling, Odense Universitetshospital, 3)Urologisk Afdeling, Regionshospitalet Gødstrup, 4) Urinvejskirurgisk Afdeling, Aarhus Universitetshospital
- Ugeskr Læger 2023;185:VI0220594

Natlige vandladninger (nocturi)

- Mere end én vandladning efter, at man er gået i seng for at sove.
- Kan skyldes mange forskellige ting.



Årsager til natlige vandladninger

- Man drikker for meget om aftenen.
- Ændringer i kroppens døgnrytme, så man udskiller væske og salt om natten.
- **SUKKERSYGE**
- Lille eller overaktiv blære
- Søvn apnø (snorker og glemmer at trække vejret)
- Dårligt hjerte med væskeophobning i benene. (hævede ben)

Natlige vandladninger.

- Øget risiko for faldulykker
- Øget risiko for tidlig død
- Øget risiko for hjerte- kar sygdom
- Øget risiko for overvægt
- Øget risiko for sukkersyge
- Øget risiko for depression
- Nedsat arbejdsevne
- Øget risiko for trafikulykker

Årsager

- Ofte ukendt
- Blærebetændelse
- Nervesygdomme (parkinson, Alzheimer, tidligere blodpropper i hjernen, discus prolaps osv)
- Forstørret prostata
- Blæresten
- Blærecancer



Blod i vandet



- SKAL ALTID UNDERSØGES
- Skyldes hyppigt blærebetændelse
- Er oftest ufarligt
- Kan være symptom på nyre- eller blære cancer



Undersøgelser

- Samtale, hvor man taler om problemets omfang, gener, hvornår, hvor meget, hvad?
- Gennemgang af andre lidelser
 - Diabetes, parkinson, Alzheimer, blodpropper, hjertelidelser, dårlig ryg, dårlig gangfunktion, depression osv

Gennemgang af medicin liste

Natlige vandladninger

- Nedsætte væskeindtag om aftenen.
- Vanddrivende medicin om eftermiddagen
- Medicin, som holder væske i kroppen om natten
- Behandle søvnapnø
- Behandle blærebetændelser
- Behandle forstørret prostata



HUSK HUSK HUSK HUSK

- Mange kan helbredes for vandladningsgener
- Mange kan få gjort generne mindre.
- Meget kan undersøges og behandles i primærsektor ved fx livsstilsændringer, gode væske vandladnings vaner, blæretømning med RIK eller KAD/topkateter
- Stik ikke hovedet i busken

