

Vejledning for udredning af borgere med vandladningsproblemer

Normal vandladningskontrol:

- Man kan ubesværet lade vandet efter egen beslutning og på passende tidspunkter.
- Man kan leve det liv, man har lyst til, uden at skulle tænke på eller være nervøs for ufrivillig vandladning.

Vandladningsproblemer skal udredes:

- Vandladningsproblemer kan have mange forskellige årsager.
- Borgeren skal tilbydes en grundig udredning efter Minimal Care princippet, dvs. simple og ikke invasive udredningsmetoder.
- Udføres af sygeplejerske med specialviden på området i samarbejde med kommunens personale og praktiserende læge.

Vær opmærksom på:

- Om funktionel inkontinens kan være årsagen.

1. besøg

- Dataindsamling
- Urinundersøgelse
- Evt. Residualurin- og Flowmåling
- Vurdering af hygiejne og hud i genitalområdet
- Vurdering om borgeren skal udfylde væske-/ vandladningsskema
- Analyse og konklusion af data

2. besøg

- Gennemgang af væske-/vandladningsskema
- Analyse af data
- Konklusioner på data
- Vurdering af behov for hjælpemiddel
- Evt. videre udredning hos egen læge

3. besøg

- Endelig vurdering af dataindsamling
- Iværksættelse af behandling i samråd med egen læge
- Vurdering af behov for hjælpemiddel
- Opfølgning / Revurdering aftales

Konsultation hos egen læge

Borger medbringer dataindsamling og væske-/ vandladningsskema

Opfølgende besøg

Vurdere effekten af konklusioner og hjælpemidler

Symptomer og behandling

Symptomer

Stressinkontinens

- Inkontinens ved anstrengelse
- Lille lækage
- Normalt vandladningsmønster
- Ingen vandladningstrang i forbindelse med lækage
- Fuldstændig blæretømning ved toiletbesøg
- Sjældent resturin

Urgeinkontinens

- Ufrivillig vandladning med stærk vandladningstrang
- Ofte stor lækage
- Hyppige små vandladninger døgnet rundt, kan forekomme uden lækage
- Svært at nå toiletet i tide
- Sjældent resturin

Blæretømningsproblemer

- Sivende vandladning ofte ved fysisk aktivitet
- Igangsætningsbesvær
- Slap stråle
- Anvendelse af bugpressen ved tømning
- Forstyrret nattesøvn
- Nogle oplever små hyppige vandladninger døgnet rundt, andre mærker ikke vandladningstrangen
- Hyppige urinvejsinfektioner

Nykturi

- Generet af opvågning grundet vandladningstrang, ofte pga. nedsat funktionel blærekapacitet
- Nattens urinproduktion udgør mere end 1/3 af døgnurinproduktionen (= natlig polyuri)
- Sivende vandladning grundet blæretømningsproblemer
- Kombination af ovenstående

Vær opmærksom på, at man kan have blandingsinkontinens dvs. både stressinkontinens og overaktiv blæresyndrom. Behandling rettes mod det, der generer borgeren mest.

Behandling

Stressinkontinens

- Væske-/vandladningspædagogik
- Bækkenbundstræning
- Lokal østrogenbehandling postmenopausalt
- Vaginale hjælpemidler
- Operation
- Bleer eller andre hjælpemidler

Urgeinkontinens

- Væske-/vandladningspædagogik
- Lokal østrogenbehandling postmenopausalt
- Blæretræning
- Blæreafslappende farmaka
- Behandling af urinvejsinfektion
- Botox-behandling
- Bleer eller andre hjælpemidler

Blæretømningsproblemer

- Væske-/vandladningspædagogik
- Dobbelt/tredobbelt vandladning i korrekt siddestilling
- Klokkesletsvandladning
- RIK/SIK ren eller steril intermitterende kateterisation
- Regulering af vanlig medicin
- Medicinsk eller operativ behandling ved forstørret prostata
- Vaginalring eller operativ behandling ved nedsunken livmoder
- Yderligere symptom-/årsagsbehandling i sekundærsektor
- Bleer eller andre hjælpemidler

Nykturi

- Væskevandladningspædagogik - herunder toiletbesøg før natten og begrænsning af væskeindtagelsen om aftenen
- Sikre uforstyrret søvn
- Støttestrømper, elevation af benene i løbet af dagen eller diuretika 4-6 timer før natten
- Antidiuretisk hormon
- Behandling af overaktiv blære
- Behandling af blæretømningsproblemer
- Behandling af obstruktiv søvnapnø
- Regulering af Lithium-behandling
- Regulering af diabetes

Normal blærefunktion:

Normal volumen på dag-/aftenurin .. 250 – 400 ml

Normal volumen på morgenurin 500 – 600 ml (aftagende med alderen)

Døgndiurese..... 1000 – 1500 ml (alt efter væskeindtag)

Vandladningshyppighed - dag..... 5 – 6 vandladninger

Vandladningshyppighed - nat..... 1 – 2 vandladninger

Det anbefales, at man drikker ca. 1,5 liter væske pr. døgn, inkl. kaffe, te, øl, yoghurt mm.