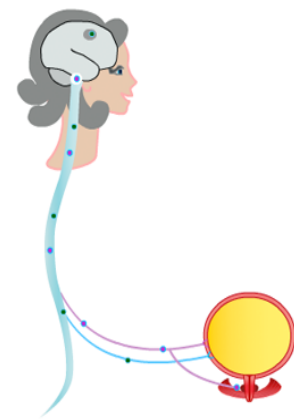


Aandrangincontinentie

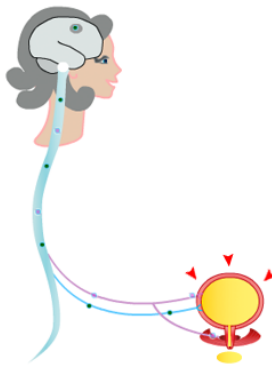
Een vrouw met aandrangincontinentie (urge-incontinentie) moet plotseling nodig plassen en kan de aandrang niet meer onderdrukken. Zij kan het toilet niet op tijd bereiken. Zij kan een dringende behoefte voelen bij een beweging zoals opstaan en lopen of bij het horen van stromend water. Wat ook vaak voorkomt, is acute aandrang op het moment dat ze de sleutel in het slot steekt bij thuiskomst. Voor veel vrouwen met aandrangincontinentie is de ochtendplas moeilijk. Hoe met een volle blaas op tijd bij het toilet komen?



Plotseling plassen

Normale situatie

1. De blaas vult zich.
2. Via het ruggenmerg gaan signalen naar de hersenen.
3. Signalen gaan terug. De blaasspier ontspant zich, zodat er meer opslagcapaciteit is, de sluitspier spant aan, zodat er geen urine uitloopt.
4. De blaas raakt vol. Signalen bereiken het bewuste deel van de hersenen. Aandrang!
5. Hier wordt nog niet aan toegegeven. Signalen gaan terug. De blaas blijft ontspannen, de sluitspier spant verder aan en de bekkenbodemspier zo nodig ook.



Aandrangincontinentie

1. De blaas vult zich.
2. Al in een vroeg stadium gaan signalen naar het bewuste deel van de hersenen: aandrang!
3. De blaasspier wil samentrekken, de signalen terug zijn onvoldoende om de blaasspier te ontspannen, om de sluitspier aan te spannen.
4. Uitstel wordt erg moeilijk, urineverlies dreigt.

Ernst

Het urineverlies varieert in hoeveelheid. Het kan om een paar druppels gaan. Het kan ook zo ernstig zijn dat het niet meer lukt het urineverlies te stoppen, zodat de hele blaas leegloopt.

Voorkomen

Aandrangincontinentie komt vaker voor op oudere leeftijd voor. Het komt ook regelmatig in combinatie met stressincontinentie voor.

Overactieve blaas

Aandrangincontinentie is een van de uitingen van een overactieve blaas. Een andere uiting is snel aandrang hebben. Het kan zijn dat er al bij een beetje blaasinhoud aandrang ontstaat en heel vaak moet worden geplast.

's Nachts

Er kunnen ook 's nachts problemen zijn zoals vaker moeten plassen al of niet met urineverlies. De klachten zijn wisselend: de een heeft vooral last van vaak moeten plassen, de ander van urineverlies bij een volle blaas en weer een ander van problemen 's nachts. De klachten komen vaak gecombineerd voor.



Gevolgen

Een overactieve blaas kan veel hinder geven in het dagelijks leven. Als de blaas een keer helemaal leegloopt, kan dit tot gênante situaties leiden. Het geeft veel onzekerheid, ook als het niet zo vaak voorkomt. Als u opeens moet plassen, kan dit belemmerend zijn voor vele activiteiten of deze zelfs onmogelijk maken zoals werken, reizen, boodschappen doen, naar een voorstelling gaan, enzovoort.

Diagnose

Als de arts de juiste vragen stelt, is het meestal wel duidelijk of het om een overactieve blaas gaat. Een plaslijst geeft veel inzicht, omdat daar uit blijkt hoe vaak u plast en hoe groot de porties zijn. Ook krijgen wij inzicht in hoe de nachten verlopen.

Oorzaken

Soms is er een duidelijke oorzaak voor de overactieve blaas. Als er een blaasontsteking is of een blaassteen, raakt de wand van de blaas geïrriteerd. De blaasspier kan door de irritatie onwillekeurig samentrekken en dan ontstaat er aandrang. Het kan ook zijn dat de blaasspier niet meer goed wordt aangestuurd door het zenuwstelsel, zoals bijvoorbeeld bij MS, na een beroerte of bij diabetes. Bij een voorwandverzakking kunnen ook klachten van een overactieve blaas ontstaan. Cafeïne gebruik (koffie) kan verergering van aandrang geven.

Geen duidelijke oorzaak

Meestal wordt er geen duidelijke oorzaak gevonden. Veel vrouwen merken wel dat psychische factoren invloed hebben op het urineverlies. De ene dag gaat het veel beter dan de andere dag en afleiding kan helpen. Alleen al het feit dat de aandrang opkomt bij de sleutel in het slot steken, geeft aan dat de aandrang niet zomaar opkomt. Toch is het niet zo eenvoudig. Als de aandrang er eenmaal is, is de reflex om te moeten plassen niet makkelijk meer te stoppen.



Behandeling

De behandeling bestaat uit bekkenfysiotherapie, zo nodig ondersteund met medicatie. Minder koffiedrinken kan mogelijk helpen. De klachten kunnen hiermee afnemen, maar het urineverlies wordt niet minder. Bij onvoldoende succes vindt meestal een verwijzing naar de uroloog plaats voor verder onderzoek en behandeling.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stel ze dan voor het onderzoek aan uw arts, physician assistant of aan een van de medewerkers.

Contact

Stel uw vraag via www.mijntjongerschans.nl of bel 0513 – 685 245.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.