

Hyperaktivní močový měchýř ve stáří jako ošetrovatelský problém

Mgr. Pavla Drábková

Urologické oddělení KMN, a. s., Holešov

Syndrom hyperaktivního močového měchýře výrazně ovlivňuje společenský, soukromý i profesní život pacientů. Prevalence symptomů hyperaktivního močového měchýře je natolik alarmující, že potvrzující údaje v tomto výzkumu jasně definují hyperaktivní močový měchýř jako jeden z nejčastějších zdravotních problémů stárnoucí populace. Zabránit prevalenci nemoci nelze nikdy s určitostí, zato je možné alespoň omezit narůstající incidenci. Záměrným působením na seniory v oblasti jejich informovanosti o hyperaktivním močovém měchýři lze výskyt nemoci eliminovat a současně zabránit dalšímu rozvoji příznaků. Cílem výzkumu bylo zmapovat a zanalyzovat výskyt symptomů hyperaktivního močového měchýře u seniorů a zjistit deklarovanou úroveň informovanosti seniorů o dané problematice. Zjištěné výsledky dále porovnat s dostupnými údaji jiných studií a stanovit doporučení uplatnitelné především v praxi.

Klíčová slova: hyperaktivní močový měchýř, senior, stáří, močový měchýř ve stáří, výskyt symptomů hyperaktivního močového měchýře, informovanost seniorů.

Hyperactive bladder in old age as a nursing problem

The syndrome of the overactive bladder significantly affects social, private and professional life of patients. The prevalence of OAB symptoms are so alarming that confirmatory data in this research clearly define the overactive bladder as one of the most common health problems of an aging population. There is no guaranteeing avoidance of the prevalence of the disease but there is a possibility of reducing the growing incidence. Actively educating the elderly to increase their awareness of overactive bladder can decrease the incidence of the disease and prevent further development of symptoms. The aim of the research was to map and analyze symptom prevalence of overactive bladder in elderly patients and gauge awareness of this issue among seniors. The results were compared with available data from other studies to make general, practicable recommendations.

Key words: overactive bladder, senior, old age, the bladder in old age, OAB, the prevalence of OAB symptoms, awareness seniors.

Úvod

Hyperaktivní močový měchýř – overactive bladder (dále OAB) je definován jako soubor symptomů, které poukazují na možnou dysfunkci dolních močových cest (lower urinary tract symptom – LUTS) (1).

Mezinárodní společnost pro kontinenci (International Continence Society – ICS) vymezila pojem syndrom hyperaktivního močového měchýře jako „urgenci“, s nebo bez urgentní močové inkontinence, doprovázenou obvykle nykturií a frekvencemi. Termín hyperaktivní močový měchýř může být ovšem použit pouze

v případě vyloučení infekce močových cest či jiné zřetelné patologie močových cest (cystolitiáza, tumory močového měchýře apod.) (2).

Vliv stáří na močový systém

Projevy stárnutí nastávají postupně v celém lidském organismu, nejen v oblasti močového aparátu. Je tedy zřejmé, že na rozvoji příznaků syndromu hyperaktivního močového měchýře se ve stáří podílí celá řada různých činitelů, jako například s věkem související polymorbidita, změny v oblasti centrálního nervového systému a involuční změny (3).

Postupné stárnutí buněk má za následek sníženou flexibilitu organismu a jeho postupné opotřebávání. Pacienti jsou mnohdy hypomobilní až imobilní, doprovázejí je demenční poruchy, jsou dehydratováni, trpí poruchami vyprazdňování a polypragmazií (4).

Výskyt symptomů OAB v České republice

V České republice byla zjištěna 11% prevalence symptomů OAB u dospělé populace, lze však doložit až 40% výskyt symptomů OAB u seniorů ve věku nad 65 let (5, 6). Z to-



KORESPONDENČNÍ ADRESA AUTORKY:

Mgr. Pavla Drábková, pavla.drabkova@nem-km.cz

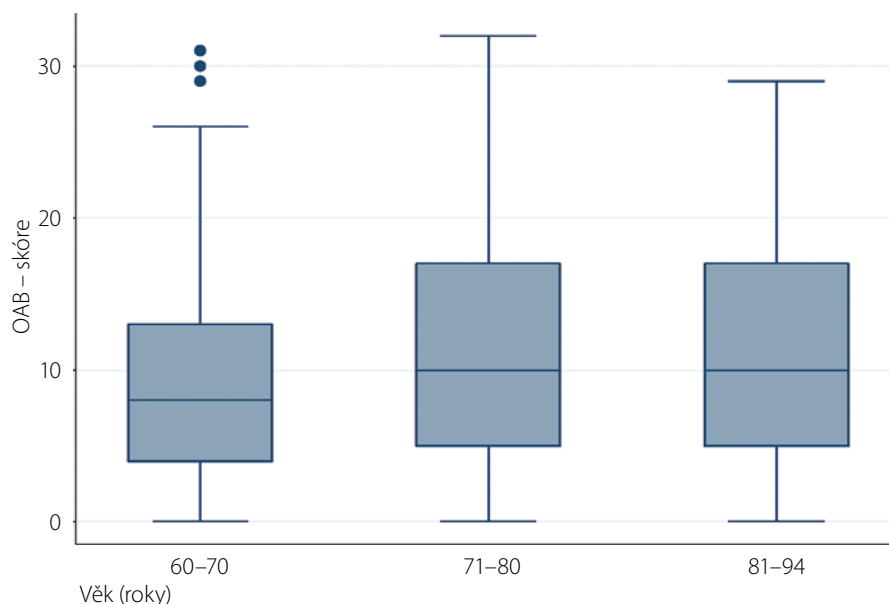
Urologické oddělení KMN, a. s., Masarykova, 632/6, 769 01 Holešov

Cit. zkr: Urol. praxi 2021; 22(3): 155–158

Článek přijat redakcí: 2. 5. 2021

Článek přijat k publikaci: 6. 6. 2021

Graf 1. Věk porovnávaný s OAB V8 skóre



ho důvodu je na místě zmapovat prevalenci symptomů OAB a tím přispět k epidemiologickým studiím a nadále identifikovat nejvíce zatěžující příznak nemoci u seniorů.

Výzkumné šetření

Hlavním cílem výzkumného šetření bylo zmapovat prevalenci symptomů OAB u seniorů v okrese Kroměříž a dále zjistit úroveň informovanosti o dané problematice. K tomu účelu byl vytvořen dotazník (Hyperaktivní močový měchýř ve stáří) obsahující otázky vlastní konstrukce (demografické a informativní údaje), s doplněním o standardizovaný dotazník hodnotící hyperaktivitu močového měchýře (OAB V8) (příloha 1).

Základní charakteristika souboru

Do výzkumného vzorku byli zařazeni respondenti, kteří splňovali zachovalou úroveň kognice, věk ≥ 60 let, občané České republiky žijící na území okresu Kroměříž, senioři bez diagnostikované močové inkontinence a s ochotou se podílet na výzkumném šetření.

Metodika

Výzkumný soubor tvořilo 288 seniorů ve věku 60 let a více. Ke studii byla zvolena kvantitativní metoda výzkumu aplikovaná formou standardizovaného dotazníku OAB V8 k doložení výskytu symptomů hyperaktivního močového měchýře u seniorů s doplněním o otázky vlastní konstrukce. Vlastní výzkumné šetření probíhalo od 1. června do 1. září 2020.

Získané údaje byly vyhodnocovány pomocí popisné statistické charakteristiky a k určení rozdílů byly využity různé formy statistických testů.

Diskuze

Komparace výsledků výzkumného šetření byla provedena na úrovni analogických studií jiných prací pojednávajících o problematice, s odbornou literaturou a vlastními názory. Z analýzy dat vyplynulo, že prevalence symptomů OAB se u seniorů ve věku nad 60 let a více na území kroměřížského okresu pohybuje v rozmezí 45–57 %, což odpovídá též názorům uznávaných autorů, jimiž jsou např. Krhut, Kachlířová, Horčíčka a Zmrhal, kteří se většinou shodují v prevalenci symptomů OAB u seniorů v rozmezí 40–60 % (7, 8, 9).

Ve všech dosavadních epidemiologických studiích byla prokázána jasná souvislost výskytu hyperaktivního močového měchýře s narůstajícím věkem, a to u obou pohlaví. Tuto skutečnost potvrdily i samotné výsledky výzkumu, přičemž byly testovány položky související s výskytem symptomů OAB, věkem (graf 1) a pohlavím seniorů. Stárnutí tak představuje jeden z rizikových faktorů, který se podílí na rozvoji příznaků OAB. Vysoký výskyt nemoci u seniorů však pobízí k zamyšlení a představuje určitou výzvu při řešení nemoci. Farmakologická terapie OAB se totiž ve stáří jeví jako problematická s ohledem na vedlejší účinky některých léků. Z toho důvodu je nezbytné zvolit takovou terapii, která co nejme-

ně omezuje současný život seniora, zaměřit se na možnosti behaviorální terapie orientující se na snížení frekvence močení, kontrolu močení, změny v životním stylu apod. Východiskem ke stagnaci a poklesu prevalence a incidence nemoci by se měla stát včasná prevence OAB. Především je možné dodržováním jednoduchých preventivních opatření, u nichž je však potřebné dostatečně se v nich orientovat a ovládat je.

Z dalších výsledků výzkumu (vyhodnocení jednotlivých odpovědí z dotazníku) vyplynulo, že senioři *nejsou* uspokojivě *informováni* o syndromu, a proto nemohou znát zásady primární prevence. V okamžiku, kdy se podaří dostat do povědomí seniorů základní znalosti o syndromu OAB, lze účinně ovlivnit postoje seniorů k nemoci a případné odhalení již rozvinutých symptomů. Vzestup jednotlivých příznaků OAB se projevuje jako značně zatěžující v oblasti ekonomické, psychologické, sociální i biologické. Výrazně zasahuje do života jedince a omezuje prožívání aktivního stárnutí. Při porovnání dosažených výsledků s různými odbornými studiemi byly nalezeny nepatrné rozdíly, jež mohly být způsobeny determinanty výzkumného souboru.

Ošetrovatelský proces u seniorů s OAB

Ošetrovatelská péče je neoddelitelnou součástí komplexní zdravotní péče. U seniorů s diagnostikovaným hyperaktivním měchýřem musí být pojímána holisticky s důrazem na individualitu. Základem pro vhodně zvolenou a v praxi využitelnou ošetrovatelskou péči je tvorba ošetrovatelského procesu umožňujícího plánování a poskytování ošetrovatelských činností (10).

Výsledky výzkumu jasně ukazují směry, jimiž by se nadále měla ubírat praxe, aby byly ovlivněny postoje seniorů k vnímání nemoci, a tím bylo dosaženo včasné diagnostiky a léčby onemocnění. Jednou z cest, jak přispět k identifikaci a následné terapii OAB, je dostatečná informovanost seniorů. Ta by se měla uskutečňovat již jako součást primární prevence. V případě plánu, který by byl přímo určen pro seniory, např. jako součást projektu zdravého stárnutí se zaměřením na podporu zdraví a zdravotní styl, by bylo možné vytvořit

jednotný a ucelený informační systém s cílem aktivního předcházení nemoci.

Při zaměření na místo, kde by se měla primární prevence nemoci odehrávat, lze vycházet z toho, kde se senioři běžně scházejí, např. kluby seniorů, ambulance praktických a odborných lékařů apod. Také v ordinacích praktických lékařů je prostor pro individuální rozhovor mezi seniorem a lékařem, případně seniorem a všeobecnou sestrou. K dialogu mezi seniorem a odborníkem v ambulanci též přispívá jistý stupeň důvěryhodnosti. Seniorovi lze nabídnout jednoduchou techniku ke zmapování frekvence močení (mikční deník).

Všeobecné sestry hrají při diagnostice onemocnění u seniorů nezastupitelnou roli. Vhodná je tak jejich připravenost a dostatečná

znalost problematiky. Erudovaná a vzdělaná sestra je schopná podílet se nejen na odhalení nemoci, ale také na terapii a prevenci dalších obtíží. Poskytuje oporu seniorovi a může nabídnout ucelený přehled informací. Sestra zaujímá k seniorovi bližší vztah nežli lékař, s ohledem na častější komunikaci a vyšší časové možnosti. Nenahraditelnou úlohu sestra poskytuje také v komunikaci s rodinnými příslušníky. Vždyť rodina poskytuje nejvyšší podporu seniorovi a při spolupráci s odborníky tak významně ovlivňuje úroveň uzdravení či případného zmírnění dopadů OAB na život seniora (10).

Závěr

Hyperaktivní močový měchýř se stává jedním z předních problémů u stárnoucí po-

pulace. S ohledem na demografický vývoj obyvatelstva se projevuje nárůst obyvatel v seniorském věku. S tím lze předpokládat také vyšší incidenci nemoci, která neblaze působí na kvalitu života seniorů.

Hyperaktivní močový měchýř není jasně definovanou chorobou, nýbrž souborem jednotlivých příznaků. Intimita problému zřetelně ovlivňuje diagnostiku a následnou terapii. Nutno podotknout, že onemocnění nelze řadit mezi nemoci s fatální prognózou, avšak mezi ty, které neblaze působí na kvalitu života člověka. Vždyť syndrom hyperaktivního močového měchýře lze považovat za zloděje kvalitního života.

Autorka prohlašuje, že zpracování článku nebylo podpořeno žádnou společností.

LITERATURA

- Krhut J, Gärtner M. Současný stav diagnostiky a léčby hyperaktivního měchýře v České republice. Česká Gynekologie 2007; 72(5): 360–365.
- Abrams P, Cardozo L, Fall M, Griffiths D, et al. The Standardisation of Terminology of Lower Urinary Tract Function: report from the Standardisation Sub-committee of the International Continence Society. Neurourol Urodyn 2002; 21(2): 167–178.
- Topinková E. Hyperaktivní měchýř ve stáří a možnosti léčby v primární péči. Med. praxi 2012; 9(1): 20–24.
- Romžová M. Farmakoterapie v urologii. Urol. praxi 2013; 14(4): 160–164.
- Zachoval R, Krhut J, Záleský M, Borovička V. Pohled pacienta na problematiku hyperaktivního močového měchýře. Praktický lékař 2011; 91(8): 446–470.
- Krhut J, Zachoval R, Martan A, Němec D, et al. Prevalence symptomů hyperaktivního měchýře u pacientů urologických ambulancí. Ces Urol. 2011; 15(3):181–188.
- Krhut J. Hyperaktivní močový měchýř. Lékařské listy 2013; 5: 9.
- Kachlířová Z. Trendy v léčbě syndromu hyperaktivního močového měchýře. Postgraduální med. 2014; 5(1): 45–52.
- Horčíčka L, Zmrhal J. Hyperaktivní močový měchýř a urgentní inkontinence u žen – diagnostika a sociální aspekty. Med. praxi 2010; 7(5): 229–232.
- Jarošová D. Základy ošetřovatelství. Ostrava: Ostravská univerzita, 2012: 80 s. ISBN 978–80–7464–207–4.

Příloha č. 1 – Dotazník OAB

Část I. – demografické údaje:

1. Pohlaví:

- ☐ muž
- ☐ žena

2. Věk let (prosím zaokrouhlete v celých letech).

3. Ukončené vzdělání:

- ☐ základní
- ☐ středoškolské bez maturity (vyučen/a)
- ☐ středoškolské s maturitou
- ☐ vyšší odborná škola
- ☐ vysokoškolské
- ☐ jiné, doplňte

4. Kde v současné době žijete?

- ☐ v sociálním zařízení (např. Domov pro seniory apod.)
- ☐ v domácím prostředí
- ☐ jiné, uveďte:

5. Vaše bydliště se nachází:

- ☐ ve městě
- ☐ na vesnici
- ☐ jiné, uveďte:

6. S kým, v současné době, sdílíte bydlení?

- ☐ s nikým, bydlím sám/a
- ☐ s rodinou (manželka, děti, apod.)
- ☐ jiné, uveďte:

Část II. – mapující úroveň informovanosti seniorů o syndromu hyperaktivního močového měchýře

7. Léčil/a jste se někdy s onemocněním močového měchýře?

- ☐ ano, s jakým onemocněním, doplňte
- ☐ ne
- ☐ nevím, nevzpomínám si

8. Navštívil/a jste nebo v současnosti navštěvujete urologickou ambulanci?

- ☐ ano, z jakého důvodu, doplňte
- ☐ ne
- ☐ nevím

9. Zajímal se v posledním roce váš praktický lékař o vaše vyprazdňování moči, případně problémy s močením?

- ☐ ano
- ☐ ne
- ☐ nevím, nevzpomínám si

10. Chodíte pravidelně a včas na toaletu, aniž byste potlačovali nucení na močení?

- ☐ ano
- ☐ ne
- ☐ nevím, nepřemýšlel/a jsem o tom

11. Používáte nějaké inkontinenční pomůcky?

- ☐ ano
- ☐ ne

12. Setkal/a jste se někdy s pojmem „hyperaktivní močový měchýř“?

- ☐ ano, jedná se o (prosím vyberte nejvýstižnější charakteristiku nemoci):
 - ☐ pomočování (močová inkontinence)
 - ☐ časté močení během dne a také v noci (někdy až pomočení), doprovázené náhlým a nepříjemným pocitem nucení na močení
 - ☐ stav, kdy se nelze vymočit
 - ☐ noční probuzení z důvodu potřeby se vymočit a s tím spojená nespavost
 - ☐ nevím
 - ☐ jiná možnost, prosím uveďte:
- ☐ ne

13. Dodržujete nějaké z preventivních opatření proti vzniku hyperaktivního močového měchýře a močové inkontinence?

- ☐ ano, vyberte prosím jaké (můžete označit více možností):
 - ☐ pravidelná fyzická aktivita
 - ☐ vyvarování se alkoholu a kouření
 - ☐ dietní opatření
 - ☐ vyvážený pitný režim
 - ☐ cvičení močového měchýře
 - ☐ posilování pánevního dna (kegelovy cviky)
- ☐ ne
- ☐ nevím, nepřemýšlel/a jsem o tom
- ☐ žádné preventivní opatření neznám

14. Byly vám někdy poskytnuty informace o problematice související s hyperaktivním močovým měchýřem?

- ☐ ano, vyberte, prosím, kdo vám informace poskytl:
 - ☐ praktický lékař (obvodní)
 - ☐ lékař specialista (gynekolog, urolog)
 - ☐ všeobecná (zdravotní) sestra
 - ☐ rodina
 - ☐ známí (přátelé)
 - ☐ někdo jiný, prosím uveďte:
- ☐ ne
- ☐ nevím, nevzpomínám si

15. Měl/a byste zájem o další informace spojené s problematikou syndromu hyperaktivního močového měchýře?

- ☐ ano, vyberte v jaké oblasti (možno zvolit více odpovědí):
 - ☐ definice a výskyt hyperaktivního močového měchýře (objasnění pojmu)
 - ☐ terapie (léčba) hyperaktivního močového měchýře
 - ☐ prevence (předcházení) nemoci hyperaktivního močového měchýře
 - ☐ zajímají mě všechny oblasti
- ☐ ne
- ☐ nevím, nepřemýšlel/a jsem o tom

16. Kdybyste potřeboval/a více informací o syndromu hyperaktivního močového měchýře, obrátil/a byste se na (možno zvolit více odpovědí):

- ☐ praktického lékaře (obvodní)
- ☐ lékaře specialistu (urolog, gynekolog)
- ☐ všeobecnou (zdravotní) sestru
- ☐ média (televize, rádio, internet apod.)
- ☐ rodinu
- ☐ známé (přátelé)
- ☐ někdo jiný, prosím, uveďte:
- ☐ nemám potřebu získávat více informací o této problematice

17. Jakým způsobem by vám nejvíce vyhovovalo získání informací o syndromu hyperaktivního močového měchýře (můžete označit více odpovědí)?

- ☐ rozhovorem
- ☐ brožurou a letáky
- ☐ odbornou knihou
- ☐ internetem
- ☐ přednáškou
- ☐ nevím, nepřemýšlela jsem o tom
- ☐ jiné, prosím uveďte:

Část III. – Standardizovaný dotazník mapující prevalenci onemocnění

Následující otázky jsou zaměřeny na to, zda vás obtěžují některé příznaky syndromu hyperaktivního močového měchýře. Ze stupnice vždy vyberte hodnotu, kterou vyjádříte intenzitu jednotlivých projevů. Pokud si nejste jistá/jistý s odpovědí, tak označte tu odpověď, která vás napadne jako první.

Nakolik vás obtěžuje:

	Vůbec ne	Trochu	Docela	Poněkud více	Hodně	Velmi hodně
časté močení během dne?	0	1	2	3	4	5
nepříjemné nucení na močení?	0	1	2	3	4	5
náhlé nucení na močení s malými nebo žádnými varovnými projevy?	0	1	2	3	4	5
nepředvídaný únik malého množství moči?	0	1	2	3	4	5
noční močení?	0	1	2	3	4	5
noční probuzení z důvodu potřeby se vymočit?	0	1	2	3	4	5
nekontrolovatelné nucení na močení?	0	1	2	3	4	5
pomočení při silném nucení na močení?	0	1	2	3	4	5

Muži si přidávají ke svému skóre dva body.