

Stressincontinentie

Stressincontinentie, ook wel inspanningsincontinentie genoemd, treedt op bij lichamelijke inspanning. Bij een beweging gaat de druk in de buik omhoog terwijl de sluitspier van de blaas dit onvoldoende kan opvangen. Urineverlies kan optreden bij sporten als hardlopen, paardrijden, volleybal en trampolinespringen. Het kan ook voorkomen bij niezen, hoesten, lachen of vrijen. Tot slot kan het ook al ontstaan bij gewone bewegingen als lopen, opstaan en tillen. Zelfs als de blaas maar licht is gevuld, kan bij geringe beweging urine ontsnappen, terwijl er geen aandrang is. Stressincontinentie heeft dus niets met psychische stress te maken, maar met lichamelijke "druk". Van de vrouwen met urineverlies heeft 30 tot 50% last van stressincontinentie. Het treft zowel jongere vrouwen, als vrouwen van middelbare leeftijd en ouderen.

Hoe ontstaat stressincontinentie?

De bindweefels rond de blaas, de sluitspier van de blaas en de bekkenbodemspier zorgen ervoor dat de urinebuis wordt dichtgedrukt tijdens plotselinge drukverhoging in de buik. Bij stressincontinentie werken de sluitspier en/of bekkenbodemspier niet meer goed. Ook kunnen de plasbuis en blaashals zijn verzaakt, waardoor de urine er makkelijker kan uitlopen.

Oorzaken stressincontinentie

Er zijn verschillende oorzaken voor inspanningsincontinentie. Er kan beschadiging optreden van zenuwvezels, spieren en bindweefsels door een bevalling of een operatie. Door chronische belasting kunnen de bindweefsel en bekkenbodemspier in kwaliteit verminderen. Zwangerschappen, zwaar werk met veel tillen, veel hoesten en overgewicht zijn hier voorbeelden van. Na de overgang neemt de kwaliteit van de bindweefsels, sluitspier en bekkenbodemspier af. Dit komt doordat veel vrouwen de spieren minder intensief gebruiken en doordat de vrouwelijke hormonen na de overgang afnemen. Erfelijke factoren kunnen ook een rol spelen. Tot slot kan de bekkenbodemspier ook te gespannen zijn, waardoor de bekkenbodemspier op het moment van de drukverhoging niet meer extra kan aanspannen en er zo toch urineverlies optreedt.



Behandeling

De behandeling bestaat uit bekkenfysiotherapie, behandeling overgewicht en bij onvoldoende succes een operatie.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, stel ze dan 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.