

Врз основа на член 27 став (1) од Законот за здравствената заштита („Службен весник на Република Македонија“ број 43/12, 145/12, 87/13, 164/13, 39/14, 43/14, 132/14, 188/14, 10/15, 61/15 и 154/15), министерот за здравство донесе

У П А Т С Т В О
ЗА МЕДИЦИНСКОТО ЗГРИЖУВАЊЕ ПРИ УРИНАРНА ИНКОНТИНЕНЦИЈА
КАЈ СТАРИ ЛИЦА

Член 1

Со ова упатство се утврдува медицинското згрижување при уринарна инконтиненција кај стари лица.

Член 2

Начинот на згрижување при уринарна инконтиненција кај стари лица е даден во прилог, кој е составен дел на ова упатство.

Член 3

Здравствените работници и здравствените соработници ја вршат здравствената дејност на медицинското згрижување при уринарна инконтиненција кај стари лица по правило согласно ова упатство.

По исклучок од став 1 на овој член, во поединечни случаи по оценка на докторот може да се отстапи од одредбите на ова упатство, со соодветно писмено образложение за причините и потребата за отстапување и со проценка за натамошниот тек на згрижувањето, при што истото од страна на докторот соодветно се документира во писмена форма во медицинското досие на пациентот.

Член 4

Ова упатство влегува во сила наредниот ден од денот на објавувањето во „Службен весник на Република Македонија“.

Бр. 17-9848/1
25 септември 2015 година
Скопје

МИНИСТЕР
Никола Тодоров

УРИНАРНА ИНКОНТИНЕНЦИЈА КАЈ СТАРИ ЛИЦА

МЗД Упатства

Последен пат е ажурирано на: 26. 02. 2014 год. © Duodecim Medical Publications Ltd

Важно

- Уринарната инконтиненција кај стари лица има ефект врз квалитетот на живот на пациентот и неговата/нејзината фамилија, како и врз трошоците за здравствена нега. Таа го зголемува ризикот од падови и потребата за долготрајно институционално згрижување.
- Пациентите често пати се засрамени за да побараат соодветна помош.
- На располагање се различни опции за третман кои, или доведуваат до излекување, или барем до олеснување на состојбата на уринарна инконтиненција кај старите лица.

Преваленција и типови

- Почеста е кај жените и кај оние кои живеат под институционална нега
 - Меѓу лицата на возраст над 70 години, околу една половина од жените и околу една четвртина од мажите страдаат од измачувачката уринарна инконтиненција.
- **Ургентна инконтиненција**
 - Се карактеризира со ненадејна потреба за мокрење (ургентност).
 - Дел е од синдромот на преактивна урвезика, кај која други симптоми се уринарната ургентност без инконтиненција, уринарна зачестеност и ноктурија.
 - Ова е најчестиот тип кај мажите.
- **Стрес инконтиненција**
 - Неволно течење на мочка во текот на физичка активност или напор.
 - Честа е кај жените.
 - Ретка е кај мажите, се сретнува само по операции во регионот на карлицата.
- **Мешана инконтиненција**
 - Комбинација на ургентност и стрес инконтиненција.
 - Најчест тип кај жените.
- **Инконтиненција заради прелевање**
 - Инконтиненција која е предизвикана од акутна или од хронична уринарна ретенција.

Промени поврзани со стареењето

- Жени
 - Атрофија на урогениталните мукозни мембрани.
 - Ослабување на карличното дно кое ги поткрепува структурите.
 - Скратување на уретрата.
- Мажи

- Бенигна простатична хиперплазија (види го упатството: Бенигна простатична хиперплазија).
- Мажи и жени
 - Преактивен детрусор со нарушена контрактилна функција.
 - Функционалниот волумен на урвезиката се намалува, што води до зголемен волумен на резидуална урина.
 - Се намалува способноста на бубрезите за концентрација на урината.
 - Волуменот на урината екскретирана во текот на ноќта (ноќна полиурија) се зголемува во однос на волуменот кој се екскретира дење.

Фактори кои се асоцирани со уринарната инконтиненција кај стари лица

- Невролошки болести
 - Нарушувања на меморијата.
 - Цереброваскуларна болест.
 - Паркинсонова болест.
 - Таканаречени промени на белата маса (WMC), односно, промени во чија основа се промени во циркулацијата во длабоките ареи на мозокот кои се откриваат со визуализационите студии.
- Други хронични болести
 - Тип 2 дијабетес.
 - Кардиоваскуларна болест.
 - Белодробна болест.
 - Мускулоскелетна болест (односно, спинална стеноза).
- Депресија и депресивни синдроми
 - Причина или последица?
- Интестинални симптоми
 - Опстипација.
 - Фекална инконтиненција.
- Намалена подвижност и намален функционален капацитет
- Делириум
- Акутна инфекција на уринарниот тракт
 - Уште повеќе, асимптоматската бактериурија е многу честа кај постари лица и не се лекува.
- Лекови
 - Диуретици.
 - Антипсихотични лекови со антихолинергични својства.
 - Аналгетици кои делуваат на централниот нервен систем.
 - Хипнотици и седативи.
 - Инхибитори на ацетилхолинестеразата кои се користат кај Алцхајмеровата болест.

Третман

- Одлуките за испитувањата и третманот се донесуваат според причината (причините) и типот на инконтиненција.
- Во случаите каде пациентот има повеќе коморбидитети кои се третираат со различни лекови акцентот во третманот треба да биде врз холистичкиот пристап и рехабилитација.

Преактивна урезика, асоцирана со ургентна инконтиненција

Терапија со лекови

- Антимускарински лекови
 - Охубутинин, tolterodine, trospium chloride, solifenacin, darifenacin и fesoterodine.
 - Несакани ефекти: сува уста, опстипација, ретенција на урината, ортостатска хипотензија, нарушувања во паметењето, конфузија.
 - Треба внимателно да се размисли за коадминистрација на инхибитор на холинестеразата.
 - Најниски можни почетни дози и дози на одржување.
 - Внимателно набљудување на одговорот на терапијата и појавата на несакани ефекти.
- Терапија со лекови за бенигна простатична хиперплазија
 - Антагонисти на алфа-1-рецепторите (tamsulosin, alfuzosin).
 - Пациентот треба да биде под надзор за ортостатска хипотензија
 - Инхибитори на 5-алфа-редуктазата (finasteride, dutasteride).
- Може да се размислува за инјекција на ботулинум токсин А во мускулот на урезиката кај тешка ургентна инконтиненција
- Бета -3 адренергичен агонист (mirabegron) е најнов лек за треман на преактивна урезика и ургентна инконтиненција (искуства од негова употреба кај стари лица сè уште нема).
- Топична терапија со естроген
 - Може да ги намали симптомите на итна инконтиненција кај жените.

Хируршки третман

- Трансуретрална ресекција на простатата кај бенигна простатична хиперплазија, откако ќе се направат уродинамски испитувања.
- Перкутана стимулација на тибискиот нерв може да биде корисна за третман на ургентната инконтиненција кај стари лица. Таа може да се применува и во домашни услови.

Бихејвиорална терапија

- Однапред направен распоред за одење во тоалетот (временски определено мокрење)
 - Во институции за резидентна нега може да се примени програм за временски определени вербални потсетници за одење во тоалет (поттикнато мокрење).

Ноктурија и ноќна уринарна инконтиненција

- Промена на давање на диуретик попладне
- Интермитентна катетеризација (внатре и надвор катетеризација) пред одење во кревет кај пациенти резиденти во институции за нега
- Чорапи за степенуван притисок ако пациентот има отоци на нозете
- Антимускарински лек ноќе
- Десмопресин е контраиндициран заради ризик од хипонатремија
-

Стрес и мешана уринарна инконтиненција кај жени

Терапија со физички вежби

- Опција која е третман од прва линија и за постари пациенти
- Вежби за карличното дно сами или во комбинација со, на пример, вежби за општа мускулна сила на долните екстремитети, ако е потребно под водство од физиотерапевт. Овие вежби се ефикасни и кај уринарната ургентност.
- Охрабрување за општ физички тренинг (ја превенира уринарната инконтиненција кај старите лица).

Хируршки третман

- Мини-инвазивните субуретрални слинг процедури (TVT и TOT, [види го упатството: Уринарна инконтиненција кај жена](#)) добро се толерираат од пациентите и затоа се соодветни за многу постари жени за третман на тешка стрес инконтиненција.

Терапија со лекови

- Дулоксетинот делува централно и го инхибира преземањето на серотонинот и норадреналинот и на тој начин ја зголемува активноста на пудендалниот нерв, што, пак, резултира во зголемен тонус на пругестиот уретрален сфинктер.
 - Неговиот ефект е прилично благ и терапевтските дози лошо се поднесуваат од постарите лица (несаканите ефекти вклучуваат и гадење).

Инконтиненција заради прелевање

- Волуменот на резидуална урина се претпочита да се мери со ултрасонографија или со единечна катетеризација по мокрење.
- Секаква опструкција на текот на урината треба да се исклучи; опструкцијата може да биде причинета од:
 - Бенигна простатична хиперплазија кај мажите.
 - Значителен пролапс кај жените.
- Третман на опстипацијата, постепено прекинување на лековите кои ја релаксираат урезвезиката (особено антихолинергичките)
- Мора да се обезбеди комплетно празнење на урезвезиката, најдобро со интермитентна катетеризација која се изведува во доволно чести интервали.
- Употребата на траен катетер треба да се избегнува во третманот на хроничната уринарна ретенција.

Рехабилитациони аспекти

- Одржувањето и подобрувањето на мобилноста и на функционалниот капацитет ја подобрува контролата на урезвезиката.
- Брза и ефикасна рехабилитација треба да се пружи по акутна болест или по хируршки зафат со употреба на соодветни помошни мерки за мобилност.
- Траен катетер треба да биде отстранет колку што е можно побргу за да се зачува контролата на урезвезиката и да се избегнат инфекции и други компликации, предизвикани со катетерот.

- Мора да се обезбеди пациентот да има пат до тоалетот кој е безбеден и без пречки (на пример, соодветно осветлување) или да има „гуска“ дома или во институција за резиденцијална нега.

Заштита од инконтиненција

- Високо квалитетни влошки за инконтиненција или пелени кои се менуваат доволно често.
- За мажи, на располагање се различни кеси за собирање на урина.
- Може да биде тешко постарите мажи да ја прифатат употребата на влошки за инконтиненција и ним треба да им се посвети посебно внимание во текот на советувањето и едукацијата.

Други важни точки

- Слушајте ги желбите на пациентот и неговото/нејзиното семејство.
- Набљудувајте го расположението на пациентите со инконтиненција и препишете, ако е потребно, антидепресиви.
- Третирајте ја опстипацијата ([види го упатството: Опстипација](#)).
- Направете преглед на сите лекови.
- Разгледајте ги сите можни причини за уринарна инконтиненција кај пациент со нарушување во паметењето.

Критериуми за упатување

- Сомневање за уринарна опструкција (на пример, пролапс кај жени и проблеми со простатата кај мажи).
- Тешки симптоми.
- Не се постигнуваат резултати со конзервативен третман.
- Постоперативни компликации.

Уринарна инконтиненција кај стари лица – Поврзани извори

Кохранови прегледи

- Постоечките докази се премногу ограничени за каков било заклучок за влијанието на временски определено мокрење или на ретренирање на навиките кај уринарната инконтиненција ([ннд-D](#)).
- Структурирано оценување и менаџирање на негата Structured specialist professional assessment and management of care and specialist continence nursing may reduce urinary incontinence after stroke ([ннд-C](#)).
- За инконтиненција на урината кај мажи и за ден и за ноќ, пелените може да бидат најдобар расположив дизајн според односот трошоци-ефикасност. За жените, влошките за една употреба може да бидат подобра опција од другите дизајни (освен за оние кои живеат во домови со сестринска нега кога се користат ноќе), но тие се поскапи. Нема доволно податоци за да се даде каква било препорака за лицата со фекална инконтиненција ([ннд-C](#)).

Литература

Прегледи на клиничката пракса

- Goode PS, Burgio KL, Richter HE, Markland AD. Incontinence in older women. JAMA 2010 Jun 2; 303(21): 2172-81.

Друга литература

- DuBeau CE, Kuchel GA, Johnson T 2nd, Palmer MH, Wagg A, Fourth International Consultation on Incontinence. Incontinence in the frail elderly: report from the 4th International Consultation on Incontinence. Neurourol Urodyn 2010; 29(1):165-78.

Автор: This article is created and updated by the EBMG Editorial Team

Article ID: rel00404 (022.006)

© Duodecim Medical Publications Ltd

Автор: Maria Nuotio and Pentti Kiilholma

Article ID: ebm00479 (022.006)

© Duodecim Medical Publications Ltd

1. EBMG Guidelines 26.2.2014, Essential evidence plus, www.essentialevidenceplus.com/content/ebmg?page=39&results=20&class=none&resource=G
2. Упатството треба да се ажурира еднаш на 3 години.
3. Предвидено е следно ажурирање до 2017 година.