

Urininkontinens

Forberedelse til operation i Dagkirurgisk Center

- Forberedelse til operation i lokalbedøvelse
- Forberedelse til operation i fuldbedøvelse

Operationer

- Indsprøjtning af fyldstof omkring urinrør (Bulking operation)
- Operation for nedsynkning af skedens for- eller bagvæg
- Operation med slynge - TVT-operation

Undersøgelser

- Flow-undersøgelse (Vandladningsundersøgelse)
- Kikkertundersøgelse af blæren (cystoskopi)
- Undersøgelse af trykforholdene i blæren - urodynamisk undersøgelse

Vejledninger

- Aktuelle planer inden næste besøg
- Contrelle Activgard (brugervejledning)
- Blæretræning til patienter med overaktiv blære
- Bækkenbundstræning for kvinder
- Folkesygdommen man ikke taler om
- Forstoppelse, hverdagskost
- Gener fra skede og urinveje i overgangsalderen - lokal hormonbehandling
- Gode drikke- og vandladningsvaner
- Kost, Rygning, Alkohol, Motion (KRAM)
- Patientvejledning om Tamsulosinbehandling til kvinder med vandladningsgener
- Selskabsblære
- Tømme-/ tappeskema til opfølgning i RIK / SIK
- Vejledning - til dig, der skal bruge Milex-ring
- Vejledning til patienter med topkateter (suprapubiskateter)

Patientforeninger

- Knib nu
- Gyn Zonen
- IC Foreningen
- Kontinensforeningen

Aktuelle planer inden næste besøg

Der sættes kryds ved det, der gælder for dig:

- Faste toilettider hver 3. time
- Tisse to gange med en kort pause imellem – f.eks. en lille gåtur på badeværelset
- Træne i ikke at overfylde blæren (der må max være 400 ml)
- Ikke drikke efter kl. 18 for at undgå natlige vandladninger
- Tisse af inden sovetid for at få nattero
- Tage vanddrivende medicin kl. 17 for at få drænet samlinger af væske inden natten
- Tage lokalhormon i skeden x 3-4-5 i ugen (recept kan fornyes ved egen læge)
- Lave knibeøvelser dagligt
- Reducere indtag af væske til 1,5-2 liter i døgnet
- Nedsætte forbruget af kaffe, the, cola – især lightprodukter der i mange tilfælde virker irriterende på blæren.
- Øge væskeindtag til 1,5-2 liter i døgnet.
- Indtage tranebærsaft, hvis du har tendens til hyppig blærebetændelse.
- Sørge for at holde maven lind dvs. undgå forstoppelse.