

بی اختیاری در کنترل دفع **ادرار** در آقایان



راهنمایی ساده برای آقایان

مقدمه

در این راهنما اطلاعات مفیدی برای آگاهی شما نسبت به **بی اختیاری ادراری** در آقایان ارائه شده است و با مطالعه ی آن می توانید با داشتن اطلاعات بیشتر و با کمک پزشک خود، یک راه درمانی مناسب را انتخاب کرده، اعتماد به نفس خود را برگردانید و از زندگی خود بیشتر لذت ببرید.

مشاوره ی رایگان

در هر زمان که نیاز به راهنمایی، آموزش و حمایت داشته باشید ما در کنار شما هستیم.

اینکه شما درک بهتری از مشکلاتان و انتخاب راه حلی مناسب برای آن داشته باشید هدف کارشناسان علمی ما می باشد.

شما می توانید مشاوره را به صورت حضوری و یا تلفنی دریافت کنید.

پاسخ تمام سوالات خود در مورد **بی اختیاری ادراری** بگیرید.

در مورد اسفنگتر مصنوعی ادراری و انواع آن اطلاعات کامل کسب کنید.

آموزش های لازم جهت استفاده از اسفنگتر مصنوعی ادراری را دریافت کنید.

به مراکز درمانی مرتبط با اعمال جراحی اسفنگتر مصنوعی ادراری معرفی شوید.



مطالبی برای خانواده و دوستان

خانواده و دوستان یک مرد که با مشکلات ناشی از بی اختیاری ادراری زندگی می کند، می توانند با درک اینکه این مشکل چگونه در زندگی او تأثیر می گذارد به او کمک کنند تا پشتیبانی مورد نیاز را به وی ارائه دهند.

با داشتن بی اختیاری ممکن است که او احساس خجالت کند، خود را منزوی کرده و یا زندگی اجتماعی خود را محدود سازد، به ویژه ورزش و فعالیتهای اوقات فراغت را محدود کند. او ممکن است بخاطر ترس از شرمندگی، برخی از سرگرمی های مورد علاقه خود را نیز رها کند. در تلاش برای گذراندن وقت در کنار هم، ممکن است سطح فعالیت شما نیز تحت تأثیر قرار گیرد.



مطالبی برای خانواده و دوستان

به عنوان همسر، شما اغلب اولین کسی هستید که مشاهده می کنید بی اختیاری بر زندگی او چه تاثیری دارد. صمیمیت مشترک شما ممکن است متاثر از این موضوع شود.

ممکن است شما آرزو داشته باشید که راه حلی باشد تا بتوان نشت ادراری او را برطرف کرد تا او به روال عادی زندگی اش دوباره برگردد. بهتر است که به او نشان دهید که شما در این مسیر او را حمایت می کنید.

کنار آمدن با نشت ادرار یک کار بسیار دشوار برای هر مرد است. او دائماً حواسش پرت می شود زیرا درباره واجهه با مشکل خود فکر می کند.

مدیریت مشکلات ادراری در محل کار می تواند استرسی اضافی ایجاد کرده و بهره وری وی را مختل کند.

بی اختیاری ممکن است باعث شود وی مراجعات مکرر به سرویس بهداشتی داشته باشد و به نوبه خود فعالیت های اساسی شغلی او را مختل کند.

تلاش برای تعویض پدها نیز می تواند چالش برانگیز باشد. ممکن است او از این که بوی ادرار بدهد یا همکارانش متوجه مشکلات او بشوند بترسد. در چنین شرایطی ممکن است زمان انجام گزینه های درمانی پیشرفته تر باشد. هنگامی که به دنبال معالجه هستید، ممکن است بتوانید در کنترل کردن استرس وی کمک کنید.

خبر خوب این است که او می تواند با دیدن یک متخصص ارولوژی که در معالجه بی اختیاری ادراری در مردان توانمند است، شرایط طبیعی و اعتماد به نفسش را دوباره به دست آورد.

بی اختیاری ادراری چیست؟

بی اختیاری ادراری به معنی عدم توانایی در کنترل دفع ادرار است که منجر به نشت غیر ارادی ادرار می‌شود. در واقع به دفع غیرارادی ادرار، بی اختیاری ادراری گفته می‌شود.

این عارضه علل و انواع مختلفی دارد. شیوع آن در آقایان نسبت به خانم‌ها کمتر است که علت آن تفاوت در ساختار آناتومی مرد و زن می‌باشد.

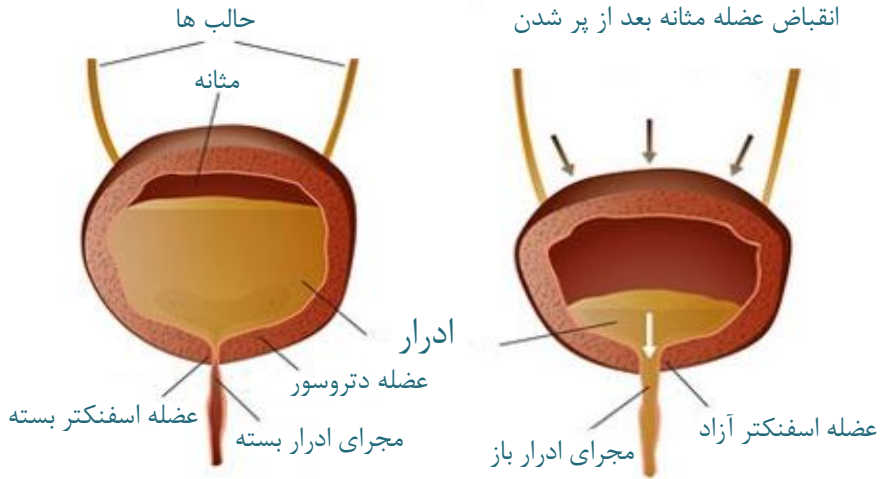


مکانیسم دفع ادرار به چه صورت می باشد؟

تخلیه ادرار از مثانه بطور طبیعی در طی روز و شب تحت کنترل و نظارت مغز، نخاع، مثانه، عضلات کف لگن و حلقه ای عضلانی در مجرا که اسفنکتر خارجی کنترل ادرار نامیده میشود می باشد.

وقتی مثانه از ادرار پر می شود و فرد احساس ادرار کردن پیدا می کند، مرکز ادرار در مغز پیامی از طریق نخاع به مثانه ارسال میکند، مثانه منقبض میشود و عضلات کف لگن و حلقه عضلانی مجرا شل شده و ادرار با کنترل و اراده ی ما خارج می شود.

هر گونه ضایعه در هر قسمت از اعضاء فوق باعث اختلال و یا بی اختیاری در دفع ادرار می شود.



انواع بی اختیاری ادراری

بی اختیاری ادراری استرسی: ریزش بی اختیار ادرار در مواقعی مانند سرفه کردن، عطسه، بلند کردن جسم سنگین و یا خندیدن.

بی اختیاری اضطراری (فوریتهی): نیاز ناگهانی و فوری به دفع ادرار و به دنبال آن خروج غیر ارادی ادرار.

بیش فعالی مثانه: در مردان با علائم فوریت ادرار همراه با تکرر ادرار بروز میکند.

بی اختیاری ادراری سرریزی: چکیدن مکرر یا دائمی ادرار ناشی از عدم خالی کامل مثانه را تجربه می کنید که متعاقب ضعف انقباضی شدید در عضله مثانه بروز میکند.

زمانی که فرد چند نوع بی اختیاری را تجربه می کند به آن بی اختیاری مخلوط می گویند

مهمترین علل ایجاد بی اختیاری ادراری در مردان

سکته مغزی، بیماری پارکینسون و ام اس، آلزایمر و هرگونه آسیب به سیستم عصبی مثل آسیب به نخاع، اعمال جراحی داخل لگن، عمل های جراحی پروستات بخصوص رادیکال پروستاتکتومی می تواند موجب ایجاد بی اختیاری ادراری گردد.



تاثیر بی اختیاری ادراری بر سلامتی و زندگی شما

بدون شک بی اختیاری ادراری اثرات عمیقی بر سلامت جسمی و روانی افراد میگذارد.

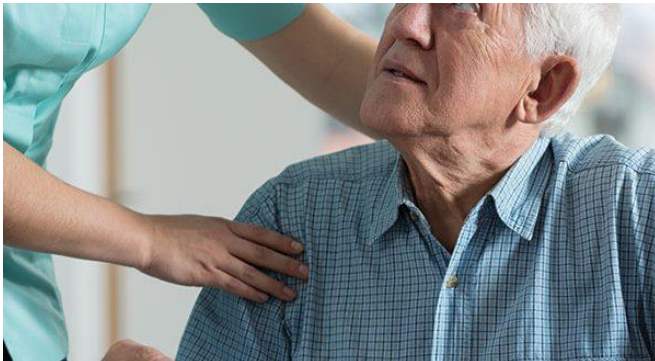
بی اختیاری ادرار ممکن است شما را غافلگیر کند. شاید در رستوران یا فروشگاه فرصت کافی برای رفتن به دستشویی نداشته باشید یا در سفر و جاده باشید و دسترسی به دستشویی نداشته باشید.

به روی ارتباطات اجتماعی، کاری و شخصی شما اثر میگذارد، همچنین می تواند موجب افسردگی شخص گردد.

بی اختیاری ادراری می تواند خطر عفونت مجرای ادراری را افزایش دهد.

بنابراین عدم درمان بی اختیاری ادراری ممکن است موجب:

- بروز عوارض جدی تری شود که ناشی از آن باشد.
- یاعث محدود شدن فعالیت هایتان و حتی ورزش کردن شود.
- تعاملات اجتماعی شما با دوستان و بستگان کمتر کند.
- همچنین موجب افسردگی و یا سرخوردگی روحی گردد.
- خطر به زمین افتادن خصوصا در افراد سالمند، هنگام حرکت سریع به سمت توالت نیز دور از انتظار نیست.



با بی اختیاری ادراری چه کنیم؟؟؟

در صورت عدم درمان، می بایست با بکار گیری روش های زیر از عهده خودتان برآیید. همچنین مراقب باشید که به خاطر بی اختیاری ادرار مصرف آبتان را بیش از حد کم نکنید.

همراه داشتن لباس های اضافی.

پدها و محصولات جاذب:

استفاده از پد یا پوشینه بزرگسالان ممکن است تا زمان درمان و بهبودی کامل لازم باشد اما به طور کلی استفاده از پوشک و محصولات جاذب معمولا از نظر بیماران ناخوشایند است. چرا که موجب بروز حساسیت های پوستی می شود. همچنین استفاده از آن ها راحت نیست، موجب عفونت های پوستی، خارش و حتی زخم بروی پوست میشوند. در استفاده ی طولانی مدت (مثلا پنج سال) بسیار پر هزینه می باشند و تهیه ی آنها نیز گاه سخت است.



با بی اختیاری ادراری چه کنیم؟؟؟

سوند کاندومی یا کاندوم شیت

استفاده از سوند کاندومی نیازمند کاندوم و کیسه ادراری است. ممکن است که تصور فرد از بدن را تغییر داده و ترشح از کاندوم یا کیسه ادراری نیز مشکل ساز باشد. نیازمند مهارت کافی انگشتان دست است بنابراین گاهی فرد نیازمند مراقب است. ممکن است بدون علائم هشدار دهنده فشار مثانه بالا رود و کلیه ها را در معرض خطر قرار دهد. ممکن است حجم ادرار باقی مانده بدون علامت خاصی زیاد شده و نهایتاً خود را بصورت عفونت ادراری یا مشکلات کلیوی نشان دهد. در صورت استفاده از کاندوم تنگ ممکن است زخمهای فشاری آلت بوجود آیند.



کلمپ یا گیره‌های آلت تناسلی

گیره‌های آلت تناسلی می‌توانند در صورت استفاده نادرست درد ایجاد کنند. استفاده از آن چندان خوشایند نیست و توصیه می‌شود که استفاده



از گیره در هر منطقه از پوست، مخصوصاً نواحی زخمی را متوقف کنید. همچنین استفاده از کرم موضعی به سطح پوست قبل از پوشیدن گیره برای کاهش آسیب توصیه می‌شود.



با بی‌اختیاری ادراری چه باید کرد؟؟؟

مراجعه به پزشک متخصص مجاری ادراری (اورولوژیست) اولین قدم برای کمک گرفتن و درمان می باشد.

بسیاری از بیماران به دلیل اینکه خجالت میکشند، مسائل خود را از اطرافیان مخفی می کنند و یا به پزشک مراجعه نمی کنند.

اگر این موضوع کیفیت زندگی شما را تحت تاثیر قرار داده و احتمالاً به خاطر ترس از شرمندگی، از دوستان و خانواده خود نیز دوری می کنید، دچار انزوا خواهید شد.

با توجه به فرهنگ ما ایرانیان، تمیزی و پاکی برایمان مهم است. بنابراین جستجو برای یافتن کمکی پزشکی و درمان مناسب اهمیت دارد.

درمان های مختلفی برای بی اختیاری ادراری وجود دارد. از پزشک خود درباره روش های درمانی مناسب سوال کنید. در این صورت شما در مسیر به دست آوردن مجدد یک زندگی فعال و مطمئن خواهید بود.



درمان های بی‌اختیاری ادراری چیست؟

درمان بی‌اختیاری ادراری کاملاً بستگی به نوع، شدت و دلایل ضمنی آن دارد.

ممکن است پزشک شما در ابتدا درمان هایی مانند تمرینات کف لگن، آموزش دادن مثانه و داروها را تجویز کند و یا درمان های جراحی را انتخاب کند.

احتمالاً پزشک شما با گرفتن یک شرح حال، تاریخچه ی کامل و معاینه فیزیکی شروع می کند و چنانچه اطلاعات بیشتری مورد نیاز باشد، توصیه کند که برخی از آزمایش ها را نیز انجام دهید.



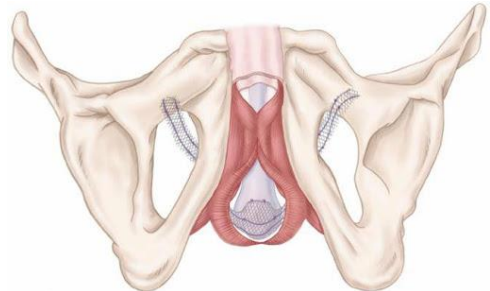
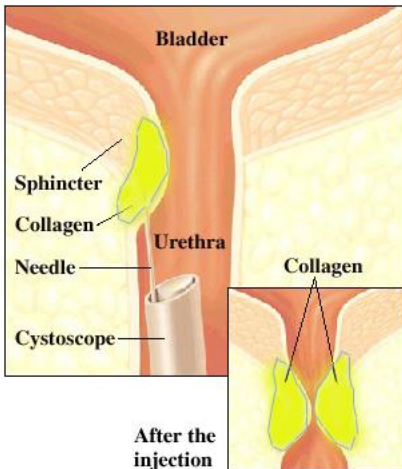
درمان های بی اختیاری ادراری چیست؟

تزریق ژل و یا مواد حجم دهنده در نزدیکی اسفنکتر ادراری می تواند یکی از روش های درمانی در موارد خفیف بی اختیاری ادراری باشد که ممکن است با گذشت زمان ماده تزریق شده جذب و یا بی اثر شود و بیمار مجددا دچار بی اختیاری ادراری گردد.

یکی دیگر از روش ها برای درمان موارد خفیف تا متوسط بی اختیاری ادراری، جراحی و کاشت اسلینگ آقایان است.

یک قلاب ساخته شده معمولا از جنس سیلیکون یا پلی پروپیلن که توسط جراحی در داخل بدن برای حمایت از عضلات اطراف مجرا کاشته می شود که میتواند به بسته نگه داشتن مجرای ادرار کمک کند، به خصوص هنگام سرفه، عطسه و بلند کردن اجسام سنگین.

از عوارض آن می توان به عدم موفقیت در درمان و کنترل در دفع ادرار، عفونت، درد، خونریزی، آسیب به مجرا در حین جراحی و ندرتا احتباس ادرار اشاره کرد.



درمان های بی‌اختیاری ادراری چیست؟

اسفنکتر یا دریچه های مصنوعی

این روش بعنوان شیوه ی استاندارد طلایی درمان بی اختیاری ادراری از نوع متوسط تا شدید در دنیا می باشد.

این روش برای کسانی که به علت آسیب های جراحی و یا تصادف، دریچه کنترل کننده مثانه در آن ها از بین رفته است و دچار نشت پیوسته و شدید ادراری هستند استفاده می شود.

اسفنکترهای مصنوعی، عملکرد اسفنکتر طبیعی را با باز و بسته کردن مجرای ادرار برای داشتن کنترل در دفع ادرار بیمار تقلید می کنند.

این دستگاه در حین جراحی در داخل بدن قرار می گیرد و به شما کمک می کند تا دوباره کنترل در دفع ادرار خود را داشته باشید و باعث میشود که مجرای ادرار بسته شود تا زمانی که مثانه ی شما پر شود و شما آماده ادرار کردن باشید.

این روش میزان موفقیت بسیار بالایی دارد و معمولاً فقط به یک شب اقامت در بیمارستان نیاز خواهد دارد.

بیشتر مردان در سراسر دنیا از اسفنکتر مصنوعی راضی هستند و به آنها کنترل دوباره ای در دفع ادرار داده است.

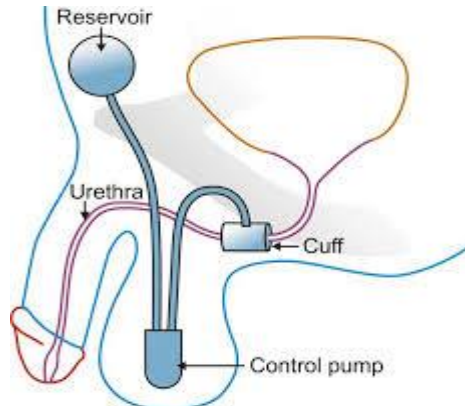
اسفنکترهای مصنوعی سه تکه

این اسفنکترها از سه قسمت تشکیل می شوند، یک مخزن (Reservoir) که مایع در داخل آن بوده و در لگن در کنار مثانه طی جراحی قرار داده می شوند، یک پمپ (Pump) که در درون کیسه بیضه گذاشته می شود و یک حلقه (Cuff) که در دور مجرای ادرار قرار می گیرد.

در مواقع عادی مایع داخل مخزن، وارد حلقه می شود و حلقه متورم شده مجرای ادرار را میبندد که جلوی خروج ادرار را می گیرد و هر موقع که بیمار خواست مثانه اش را خالی کند پمپ مایع داخل حلقه را بداخل مخزن رانده و حلقه شل می شود تا بیمار بتواند ادرار کند.

اسفنکترهای مصنوعی انواع مختلفی دارند و روز به روز از نظر تکنولوژی پیشرفته تر شده اند.

اسفنکترهای مصنوعی سه تکه نیز معایبی دارند. پیچیدگی روش و پروسه ی جراحی، هزینه بسیار بالا، عدم امکان تنظیم مجدد فشار کاف اسفنکتر مصنوعی، عفونت، درد، نقص مکانیکی و خرابی احتمالی دستگاه از جمله ایرادات اسفنکترهای سه تیکه می باشد.



اسفنکتر مصنوعی ZSI 375

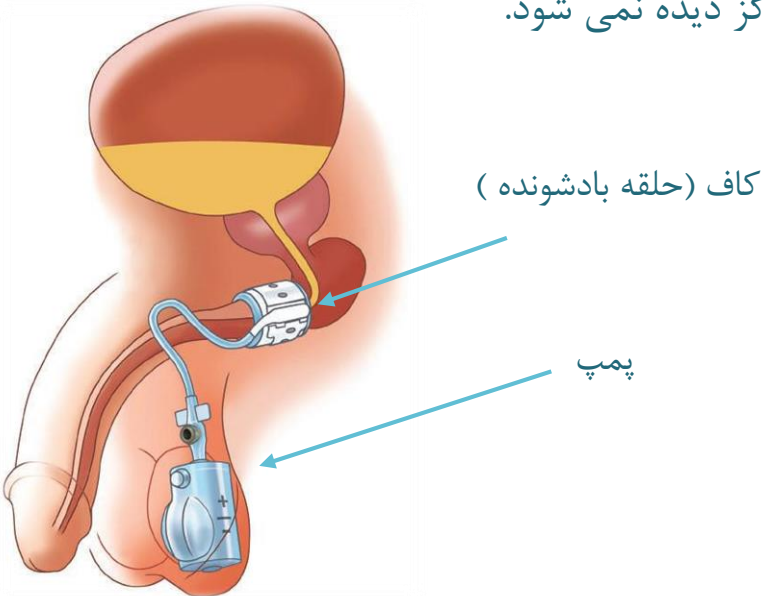
راه حلی مناسب و نوین
در درمان بی اختیاری ادراری آقایان



**SWISS
MADE**
+

اسفنکتر مصنوعی ZSI375 دستگاهی است که کنترل در دفع ادرار را دوباره به شما باز میگرداند.

این اسفنکتر یک تکه ای و متصل شامل یک حلقه بادشونده (CUF) که دور تا دور مجرای ادرار قرار میگیرد است که قابلیت متورم شدن (باد شدن) دارد و به یک پمپ (Pump) که در کیسه بیضه قرار میگیرد متصل است. دستگاه به خوبی در زیر پوست کاشته شده است و هیچکدام از اجزای آن هرگز دیده نمی شود.





2

برای ادرار کردن کافیست که بیمار یک بار دکمه پمپ تعبیه شده در داخل کیسه بیضه را فشار داده و رها کند. کاف تخلیه میشود و ادرار خارج گردد.



1

کاف به دور مجرا ادرار بسته و باد شده است، ادرار نشت نمی کند.



4

بعد از ۲-۳ دقیقه، کاف به صورت اتوماتیک مجددا پر شده و بیمار کنترل ادرار را بدست می آورد.



3

ادرار تخلیه شده و مثانه خالی می شود.

اسفنگتر مصنوعی ZSI 375 موجب بهبود کیفیت زندگی و آسایش بیمار می شود، همچنین استفاده از آن برای بیمار آسان است.

بر خلاف اسفنگتر های سه تیکه، هیچ نیازی به آماده سازی و اتصال قسمتهای مختلف دستگاه، در حین و قبل از جراحی توسط پزشک نمی باشد، علاوه بر این به دلیل اینکه در اسفنگتر مصنوعی ZSI 375 نیازی به قرار دادن یک مخزن یا بالون که با مایع پر شده است در درون محوطه لگن و در کنار مثانه نیست، میزان مدت زمان جراحی، درد، خونریزی و حتی خطر بروز عفونت در حین جراحی بسیار کاهش یافته است و به طور کلی روش و پروسه کارگذاری آن نیز پیچیده نیست.

بیمار با داشتن اسفنگتر مصنوعی ZSI 375 دوره نقاهت کوتاهتری دارد.

همچنین قابلیت تنظیم در حین و حتی پس از جراحی، بدون نیاز به جراحی مجدد، فشار یکنواخت کاف و نیز قابلیت عکس برداری ساده از سایر ویژگی های منحصر به فرد آن است.

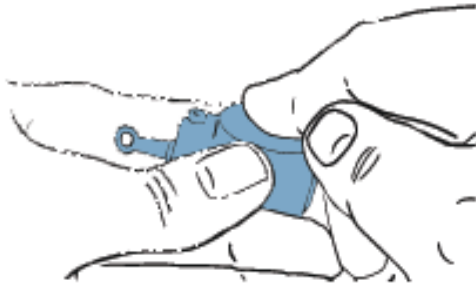


به علاوه ارائه خدمات علمی و مشاوره، گارانتی عملکرد و قیمت مناسب آن موجب افزایش رضایتمندی از آن شده است.

اطلاعات مهم قبل از عمل جراحی:

در صورتی که پزشک شما درمان توسط اسفنگتر مصنوعی ZSI 375 را برای شما در نظر بگیرد، شما را جهت دریافت مشاوره معرفی خواهد کرد.

در اینجا نیاز است مهارت خود را در فشار دادن دکمه‌ی پمپ دستگاه از طریق به کارگیری مدل لاستیکی آبی دستگاه امتحان کنید. بدین وسیله کارشناس درمیابد که مشکلی در استفاده از دستگاه دارید یا میتوانید به راحتی آن را به کار گیرید. حتی میتوانید برای اطمینان بیشتر مدل لاستیکی آبی را در شلوار خود قرار دهید تا شرایط طبیعی تری ایجاد شود.

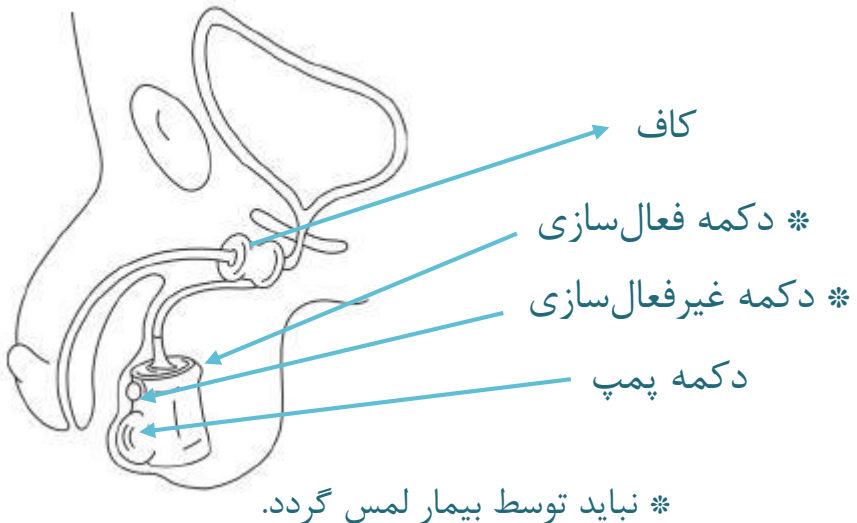


اطلاعات مهم بعد از جراحی:

۱. شما بعد از جراحی حداقل به دو ماه همانند قبل از جراحی بی‌اختیار خواهید بود و باید در این مدت از پد جاذب استفاده نمایید. سپس دستگاه شما توسط پزشک فعال خواهد شد.

۲. این طبیعی است که بعد از جراحی برای مدتی کیسه بیضه شما متورم یا حساس باشد. اگر این ناراحتی همچنان ادامه داشت با پزشک خود تماس بگیرید. چنانچه این درد شدید بود، ادامه داشت و کیسه بیضه ملتهب بود و یا از ناحیه جراحی ترشحاتی خارج شود، حتما باید به پزشک خود مراجعه نمایید، چرا که ممکن است عفونت داشته باشید.

۳. دستگاه به خوبی در زیر پوست کاشته میشود و هیچکدام از اجزای آن هرگز دیده نمی‌شوند.



اطلاعات مهم بعد از جراحی:

۴. دستگاه دو ماه پس از عمل جراحی فعال می شود، در آن زمان شما به پزشک خود مراجعه خواهید کرد و او دکمه ی فعال سازی را که درست بالای دکمه پمپ قرار دارد فشار خواهد داد.

- هدف این است که نشت ادرار شما بسیار کمتر از قبل باشد.
- بعضی از بیماران یا اصلاً نیازی به استفاده از پد نخواهند داشت و یا کاهش بسیار قابل توجهی در تعداد استفاده از آن خواهد بود.

۵. این کاملاً طبیعی است که در هنگام بعضی از فعالیت های بدنی مانند ورزش و تمرینات جسمی و وضعیتهای خاص مانند سرفه و یا عطسه، نشت جزئی از ادرار داشته باشید. این بخاطر آن است که فشار کاف به روی مجرای ادرار میزان ثابتی است که نمی تواند در مواقع افزایش فشار شکمی تغییر کند.

۶. تأکید می شود که از اسب سواری، موتورسیکلت و دوچرخه سواری خودداری شود. (فقط در صورتیکه از زین و یا صندلی مخصوص استفاده شود مجاز هستید). اینگونه فعالیتها فشاری خارجی به کاف و مجاری ادراری وارد میکند که میتواند باعث آسیب دیدگی موقت و یا طولانی شود.



اطلاعات مهم بعد از جراحی:

۷. هنگام نشستن مراقب باشید. هر سطحی برای نشستن تا زمانی مناسب است که وضعیت نشستن شما فشار مضاعفی به کاف وارد نکند، از آنجایی که فشار روی آن می تواند موجب خالی شدن کاف شده و در زمانی که می ایستید باعث مقداری نشت ادرار شود و هنگامی که فشار از روی آن برداشته شود، نوار کاف مجدداً مطابق حالت عادی پر شده و تورم می شود.

۸. اسفنکتر مصنوعی ادراری هیچگونه دخالتی در نعوظ و یا فعالیت جنسی شما نخواهد داشت.

۹. این دستگاه به گونه‌ای طراحی شده است که در اسکنرهای MRI و فرودگاه غیر قابل تشخیص و تداخل باشد.



اطلاعات مهم بعد از جراحی:

۱۰. اگر شما متوجه شدید که نشت ادرار شما افزایش یافته، این ممکن است به این معنا باشد که کمی از فشار دستگاه شما کاهش یافته است زیرا آناتومی مجراری ادرار در هر فرد با فرد دیگری متفاوت است و ممکن است نیاز به کمی تنظیم و افزایش فشار داشته باشد. این مسئله کاملا عادی است. شما باید با پزشک خود تماس بگیرید و پزشک با تزریق نرمال سالین به داخل آن فشار را تنظیم مینماید.

۱۱. اگر به هر دلیلی شما به تعبیه سوند مجاری ادراری نیاز داشتید، با پزشک خود و کارشناسان شرکت ارائه دهنده ی اسفنگتر تماس بگیرید.

به این منظور کاف حتما باید باید خالی شود و اسفنکتر غیر فعال گردد، در غیر اینصورت احتمال آسیب به مجرای ادرار و یا کاف وجود دارد. اگر دستگاه غیر فعال نشده باشد آسیب وارد خواهد شد.

۱۲. از شرکت ارائه دهنده، درخواست دریافت کارت دستگاه (ZEPHYR CARD) را کنید و همواره به همراه داشته باشید تا در صورت نیاز به سایر متخصصین ارائه دهید خصوصا در مواردی که نیاز هست در ناحیه ی لگن شما جراحی انجام شود.



ZSI شرکتی سوئیسی است که تنها تولید کننده اروپایی اسفنکتر ادرار مصنوعی و ایمپلنت های آلت تناسلی مردانه می باشد. دستگاه های نوآورانه، با کیفیت و عملکرد بالا آن در درمان مشکلات ناشی از بی اختیاری ادراری آقایان، ناتوانی جنسی (اختلال نعوظ) و روش های تغییر هویت جنسی (فالوپلاستی، واژینوپلاستی و متوئیدیوپلاستی) در بسیاری از نقاط دنیا استفاده می شوند.



www.zsimplants.ch

منابع

www.zsimplants.ch
www.webmd.com

<https://aua.com.au/urological-conditions-and-our-expertise/general-urology/incontinence/male-urinary-incontinence/>

<https://www.bladderandbowel.org/bladder/bladder-incontinence-products/male-incontinence-products/>

<http://www.ucurology.org/areas-of-specialization/male-incontinence>



راههای ارتباط با مشاوران علمی نماینده رسمی و انحصاری ZSI در ایران

تهران، بزرگراه حکیم (غرب)، خیابان پیامبر (مرکزی)،
خیابان مطهری، پلاک ۵، واحد ۷.



شماره تماس / فکس: ۴۴۰۲۵۲۰۷ (۰۲۱)



Info@robina-persia.ir



www.zsimplants.ch
www.urologic.ir



Instagram

Incontinency.iran

Robina Persia
Pharmed