

Ongewild urineverlies bij de vrouw

Behandelingen zonder operatie

Omdat u last heeft van ongewild urineverlies, heeft u samen met uw behandelend arts besloten u te laten behandelen bij het bekkenbodencentrum van het Maastricht UMC+. In dit blad vindt u informatie over de verschillende behandelingen bij ongewild urineverlies. U vindt de polikliniek Gynaecologie op niveau 1 van het Maastricht UMC+. [Volg 7-1 blauw.](#)

Soorten ongewild urineverlies

Er zijn verschillende vormen van ongewild urineverlies:

Stress- of inspanningsincontinentie

Bij hoesten, niezen of lachen ontstaat er extra druk in de buikholte en dit kan de oorzaak zijn van ongewild urineverlies. Ook kan uw bekkenbodem verslapt zijn waardoor de plasbuis uitzakt en niet meer goed kan worden afgesloten. Bij drukverhoging 'lekt' dan urine.

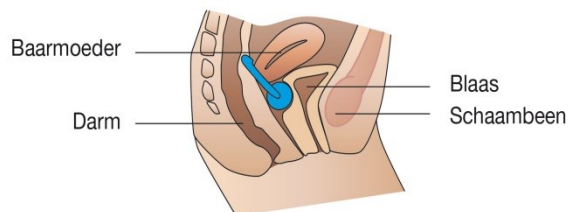
Aandrang- of urge-incontinentie

Van deze vorm is sprake wanneer u overvallen wordt door plotselinge aandrang tot plassen en daarbij te laat op het toilet komt waardoor u urine verliest. Mogelijke oorzaken kunnen zijn:

- blaasontsteking
- blaassteen
- afwijking van de blaas
- neurologische aandoening
- hormonale veranderingen na de overgang
- geen duidelijke oorzaak.

Gemengde incontinentie

Bovengenoemde vormen van urineverlies kunnen zich ook gecombineerd voordoen. We spreken dan van een gemengde incontinentie.



Behandelingen zonder operatie (conservatieve behandelingen)

Allereerst is het belangrijk om goede uitleg te krijgen over het probleem.

Verschillende behandelingen kunnen helpen bij ongewild urineverlies.

- Het uitsluiten van een blaasontsteking en wanneer er wel sprake is van een blaasontsteking deze behandelen.
- Het aanpassen van uw drinkgewoontes. Hoeveel en wanneer u veel drinkt kan een groot verschil maken. Tevens is het goed om naar het gebruik van koffie en alcohol te kijken.
- Drukverhoging vanuit de buik verminderen door klachten als chronische hoest of obstipatie te behandelen.
- Bij overgewicht zal afvallen ook zorgen voor een duidelijke vermindering van het urineverlies.
- Het geven van een lage vaginale dosering van vrouwelijke hormonen (oestriol) kan ook een goed effect op de klacht hebben. Na de overgang kunnen bij vrouwen de slijmvliezen van blaas en vagina droog worden met een slechte doorbloeding. Het hormoon oestriol werkt op de slijmvliezen van de vagina, blaas en urinewegen en verbetert de doorbloeding. Na enkele maanden kunt u het effect merken.
- Bekkenfysiotherapie kan de kracht, het uithoudingsvermogen en de coördinatie van de bekkenbodemspieren verbeteren. Deze behandeling gebeurt door gespecialiseerde bekkenfysiotherapeuten. U krijgt van uw behandelend arts een lijst met hiervoor geregistreerde bekkenfysiotherapeuten.

Indien bovenstaande behandelingen niet voldoende resultaat hebben, is ondersteuning van de plasbuis met een urethrapessarium of controle-tampon mogelijk.

Het urethrapessarium

Dit pessarium is van flexibel kunststof en wordt op maat aangemeten. De achterrand komt achter de baarmoederhals en de voorrand achter het schaambeentje te liggen. De verdikking van het pessarium ligt achter het schaambeentje. Zo kan het pessarium de plasbuis ondersteunen. Als het pessarium goed bevalt kan de huisarts de verdere controles doen. Het pessarium moet drie tot vier maal per jaar worden gecontroleerd. Het pessarium wordt tijdens een bezoek aan uw behandelend arts op de polikliniek geplaatst. Mogelijke bijwerkingen zijn:

- toename van vaginale afscheiding;
- problemen met vrijen;
- vaginale infectie;
- drukplekken vaginaal;
- bloedverlies vaginaal.



Urethrapessarium

De controle tampon

Deze tampon kunt u zelf inbrengen met behulp van de inbrenghuls. Een controle tampon kan maximaal 16 uur blijven zitten voordat u deze moet vervangen. Een controle tampon wordt vaak voorgeschreven, als u met name last heeft van urineverlies bij sporten. De controle tampon heeft nagenoeg geen bijwerkingen. Echter met een controle tampon in de vagina is vrijen niet mogelijk.



Controle tampon

Behandeling met medicijnen

Bij aandrangincontinentie kan een behandeling met medicijnen worden gegeven. Deze medicijnen zorgen dat de blaas minder geprikkeld wordt en de blaasspier minder snel onwillekeurig samentrekt. Mogelijke bijwerkingen: droge ogen, droge mond, moeizame ontlasting en versnelde hartslag. Na twee tot vier weken blijkt of de medicatie geholpen heeft. Soms is het nodig om verschillende medicijnen uit te proberen.

Contact

Heeft u na het lezen van dit informatieblad nog vragen dan kunt u contact opnemen met de polikliniek gynaecologie via 043-3874800.

Websites

- www.mumc.nl
- www.bekkenbodernet.nl → Behandelingen
- www.nvog.nl → Voorlichting → NVOG voorlichtingsbrochures → Urine-incontinentie
- www.gezondidee.mumc.nl

Odin 034437 / uitgave: maart 2015

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl