

# Urininkontinens – minimal care

## Formål

At sikre korrekt diagnostik og behandling af kvinder med urininkontinens.

## Patient- og/eller personalemålgruppe

Kvinder med urininkontinens

Læger og sygeplejersker i Gynækologisk – Obstetrisk Afdeling

## Fremgangsmåde

- **Omhyggelig anamnese** vedrørende vandladning, væskeindtagelse, inkontinensudløsende faktorer, medicin, tidligere gynækologiske sygdomme og fødsler. Endvidere oplysninger om vægt, højde, rygning og alkohol.
- **Gynækologisk undersøgelse:** Vurdering af nedsynkning, bækkenbundsfunction, uterus størrelse, eventuelle udfyldninger i lille bækken. Desuden transvaginal ultralydsundersøgelse med vurdering af uterus, ovarier, residualurin samt eventuelt blærevægstykkelse.
- **Urinstiks og urin D+R.**
- **Blærefyldningsundersøgelse** (stresstest) anvendes ved usikker inkontinensstype og som mål for stressinkontinensgrad. Spontan vandladning, kvindekateeter oplægges. Blæren fyldes op med 300 mm lunkent saltvand under udspørgen om first sensation. Kateeteret fjernes. Kraftigt host x 3 i GU-leje under observation for lækage og eventuelt blærehals-hypermobilitet. Såfremt denne test er negativ, fortsættes med host i stående stilling, eventuelt hop på stedet eller gå i hugsiddende stilling. Afsluttes med spontant flow og måling af residualurin.
- **24-timers blevejningstest.**
- **3-døgns væske-vandladningsskema:** Angivelse af tidspunkt og mængde for væskeindtagelse, tidspunkt og mængde for vandladning, eventuelt inkontinensepisoder samt omstændighederne herved.
- **Eventuelt 1 times blevejningstest med stress-provokation.**
- **Urodynamisk undersøgelse:** Udføres ikke ved 1. besøg, da effekten af minimal care først skal afventes. Urodynamisk undersøgelse med spontant flow, residualurinmåling samt cystometri med trykflow skal dog foreligge, før en eventuel TVT-operation.

## Behandlingstiltag

- 1) **Regulering af væskeindtag:** Råd om at drikke højst 1½-2 liter væske pr. døgn, fordelt på dag- og tidlige aftentimer.
- 2) **Blæretræning** ved overaktiv blære med eller uden urge inkontinens, eller ved selskabsblære/efterretention.
- 3) **Bækkenbundstræning** over 3 måneder, efterfølgende kontrol med 24 timers blevejningstest samt 3-døgns væske- vandladningsskema ca. 1 måned efter kursets afslutning.

- 4) **Double/tripple voiding:** Indikationen residualurin, recidiverende cystitter og som led i blæretræning.
- 5) **Lokal østrogen substitution** hos peri- og postmenopausale samt ooforektoмерede. Dagligt i 2 uger, derefter x 2 pr. uge resten af livet. Kan også anvendes til patienter med tidligere c. mammae og c. endometrii.  
Lokal østrogenbehandling tilrådes dagligt i 3 uger præoperativt forud for vaginale operationer.
- 6) **Ved recidiverende cystit:** Stillingtagen til væsketal, IV-urografi samt eventuelt cystoskopi med henblik på sten. Obs. for residualurin. Obs. for korrekt nedre toilette. Eventuelt tranebærkapsel 1 x 3 dgl.  
Langtidsprofylakse ved flere dyrkningsverificerede cystitter: urin D + R, herefter Monotrim 100 mg nocte i 3 måneder/Nitrofurantoin 50 mg nocte i 3 måneder.
- 7) **Overvægt:** Tilrådet væggtab og motion, ved BMI over 30 eventuelt henvisning til diætist.
- 8) **Behandling af urge-inkontinens:** Såfremt ovenstående program ikke har tilstrækkelig effekt, kan behandles med:  
Detrusitol Retard (Tolterodin) 2,8 g x 1 dgl., halv dosis ved nedsat leverfunktion.  
Alternativt Spasmo-lyt (Trospiumchlorid) 20 mg x 2 dgl., halv dosis ved nedsat nyrefunktion.  
Vesicare (Solifenacin) 5-10 mg dgl., forsigtighed ved nedsat leverfunktion.  
Imipramin 10 mg x 2-3, stigende til 25 mg x 2.
- 9) **Behandling af stress-inkontinens:** TVT forudgået af urodynamisk undersøgelse, [TVT-undersøgelserprogram og præoperativ vurdering af patienter](#)

### Indikatorer

Kontrol i Urogynækologisk Ambulatorium efter 3-4 måneder med henblik på vurdering af behandlingseffektivitet og patienttilfredshed.

### Afgrænsning/definitioner

Urininkontinens ved læk på over 8 g pr. døgn påvist ved blevejningstest.

### Review-gruppe

Forfatter: Overlæge Helga Gimbel

Overlæge Erik Obel

Kontinenssygeplejerske Bodil Grue

### Søgeord

Urininkontinens, minimal care, væske- vandladningsskema, blevejningstest, urodynamisk undersøgelse, bækkenbundstræning, lokal østrogen.

### ICD10-koder

Incontinentia urinae stress N 39.3

Incontinentia urge N 39.4

Incontinentia urinae uden specifikation R 32.9

**Dansk lov**

**Referencer**

**Henvisninger og links**

<http://www.dsog.dk>