

Incontinența urinară de efort, o problemă de sănătate și igienă personală

Gabriel Cristian Călătan, Nicolae Costin, Cezarin Todea

Universitatea de Medicină și Farmacie "Iuliu Hațieganu", Cluj-Napoca, Clinica de Obstetrică și Ginecologie "Dominic Stanca", Cluj-Napoca

Rezumat

Incontinența urinară de efort este definită drept pierderea involuntară de urină cauzată de efort, simptom cu impact negativ asupra calității vieții din punct de vedere fizic, psihologic și social. Simptomul apare cu frecvență crescută la femei și îmbracă trei forme clinice: de efort, prin urgență și mixtă. Factorii de risc și cofactorii din incontinența urinară pot fi obstetricali, uroginecologici, genetici și constituționali.

Activitatea fizică moderată și regulată și cea ocazională nu determină incontinență urinară de efort. În schimb, activitatea fizică intensă, necontrolată și de performanță poate cauza incontinența urinară de efort, în special la sportivele tinere.

Sporturile de risc pentru incontinența urinară de efort sunt: joggingul, atletismul, baletul, tenisul, echitația, săriturile la trambulină sau cu coarda, ciclismul, fotbalul, hocheiul, voleiul, halterele.

Diagnosticul incontinenței urinare de efort se bazează pe utilizarea unor chestionare de autoevaluare. În funcție de intensitatea efortului prestat, s-au descris 3 grade de incontinență urinară de efort.

Metodele actuale de tratament antiincontinență se bazează pe tratament medicamentos cu estrogeni, kinetoterapie prin exerciții Kegel, stimulare electrică și tehnici chirurgicale, dintre care în ultimele două decade s-au impus transobturator tape (TOT) și tension-free vaginal tape (TVT).

Cuvinte cheie: incontinența urinară de efort, femei, cauze, diagnostic, forme, tratament, sporturi de risc.