

Meer dan een miljoen Nederlanders hebben last van een overactieve blaas.

Zowel vrouwen als mannen kunnen last hebben van een overactieve blaas. Dat is een blaas die moeilijk onder controle te houden is. Mensen die last hebben van een overactieve blaas moeten vaak kleine beetje's plassen. Bovendien is het heel moeilijk de plas op te houden als ze aandrang voelen. Daarnaast komt het ook voor dat er ongewild urineverlies optreedt.

Veel mensen die een overactieve blaas hebben, vinden het moeilijk erover te praten. Ze proberen hun probleem geheim te houden. Hun leven wordt bepaald door de overactieve blaas. Ze durven soms niet meer goed het huis uit te gaan. Ze willen altijd een WC in de buurt hebben, of proberen minder te drinken. Veel mensen met een overactieve blaas dragen incontinentie luiers. Een schaamtegevoel is helemaal niet nodig. U bent immers niet de enige: in Nederland hebben meer dan een miljoen mensen last van een overactieve blaas. Bovendien heeft het een lichamelijke oorzaak. Bespreek uw klachten eens met uw arts, die weet wat eraan gedaan kan worden.

Typische klachten die horen bij een overactieve blaas:

- U moet vaak opeens heel nodig plassen. U kunt er bijna niet mee wachten.
- U moet te vaak plassen (meer dan 8 keer in 24 uur).
- U plast per keer kleine beetje's.
- Ongewild verliest u urine. Bijvoorbeeld als u moet plassen en niet op tijd bij de WC bent.
- U wordt 's nachts wakker, omdat u moet plassen. Dat gebeurt soms vaker dan 1 keer per nacht.

Wilt u weten of het verstandig is om uw arts te raadplegen voor uw klachten? Doe dan de plastest!

VRAGENLIJST ZELFBEOORDELING BLAASCONTROLE

Noteer het **GETAL** dat op u van toepassing is in de vakjes bij de pijltjes, aan de hand van onderstaande indeling:

Helemaal niet = 0 Enigszins = 1 Vrij veel = 2 Zeer veel = 3

"KLACHTEN"	"LAST"
Hebt u wel eens ongewenst urineverlies?	Hoeveel last hebt u hiervan?
<input type="checkbox"/> → <input type="checkbox"/> + +	
Is het moeilijk om uw plas op te houden wanneer u aandrang voelt?	Hoeveel last hebt u hiervan?
<input type="checkbox"/> → <input type="checkbox"/> + +	
Moet u overdag te vaak plassen?	Hoeveel last hebt u hiervan?
<input type="checkbox"/> → <input type="checkbox"/> + +	
Wordt u 's nachts wakker om te plassen?	Hoeveel last hebt u hiervan?
<input type="checkbox"/> → <input type="checkbox"/> = =	
Mijn "klacht" score	Mijn "last" score
↓	↓

Resultaat tabel.

U hebt geluk, u hebt geen blaasproblemen	0	0	U hebt geen last van blaasproblemen
Uw klachten zijn licht	1 - 3	1 - 3	U hebt licht last van uw klachten
U hebt matige klachten	4 - 6	4 - 6	U hebt matig last van uw klachten
U hebt ernstige klachten	7 - 9	7 - 9	Uw klachten bezorgen u veel last
U hebt zeer ernstige klachten	10 - 12	10 - 12	Uw klachten vormen een groot probleem voor u

Indien uw "klacht" score (zie boven) 4 of hoger is dient u een arts te raadplegen.

Indien uw "last" score (zie boven) 1 of hoger is, kunt u baat hebben bij advies van een arts.

Uitgegeven namens de "European OAB faculty" door de Questionnaire Working Party onder leiding van Dr. Con Kelleher (UK).

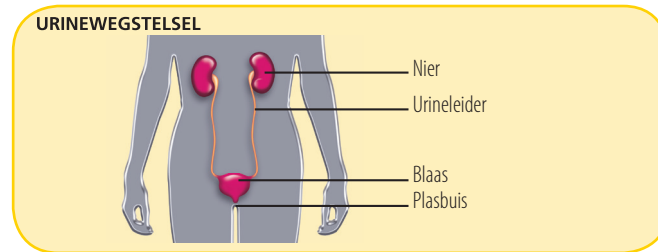
Met dit eenvoudige vragenlijstje krijgt u beter inzicht in uw klachten. Het is ook voor uw arts een handig hulpmiddel om een diagnose te stellen. Zet in ieder hokje het cijfer dat op uw situatie van toepassing is. Tel vervolgens de getallen bij elkaar op en vergelijk die met de getallen in de "Resultaat tabel".

Deze test dient alleen als hulpmiddel om te bepalen in welke mate u last hebt van bepaalde klachten en is dus niet bedoeld om een diagnose te kunnen stellen. Het resultaat van deze test kan op geen enkele wijze de adviezen van uw arts vervangen. In geval van twijfel dient altijd een arts te worden geraadpleegd. Belangrijk! U moet altijd contact met uw arts opnemen als een van de volgende situaties zich voordoet:

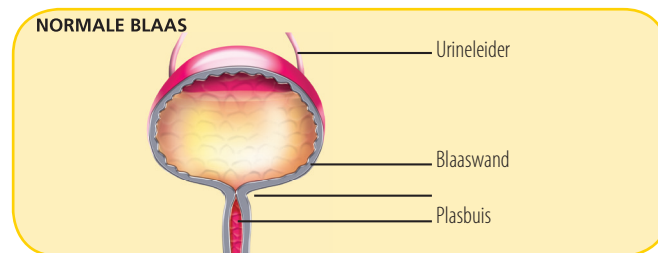
- als u bloed in uw urine hebt
- als u moeite hebt met plassen
- als u pijn hebt bij het plassen.

Wat is een overactieve blaas?

Hoe werkt de blaas normaal?

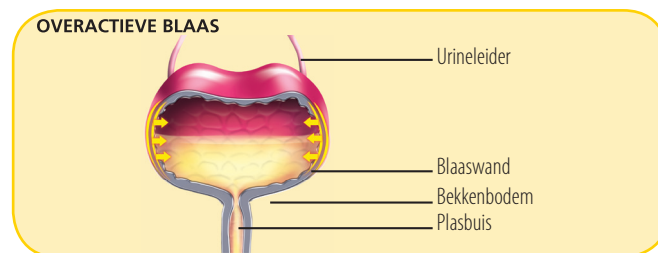


De blaas is eigenlijk een spier. Hij heeft de vorm van een zak. Hierin wordt de plas opgespaard die uit de nieren komt. Dat gaat door tot de blaas vol is. Een paar keer per dag geven de hersenen een seintje aan de blaasspier. Dan trekt de blaasspier samen en moet u plassen. Zo plast u de blaas leeg.



Wat is er aan de hand met een overactieve blaas?

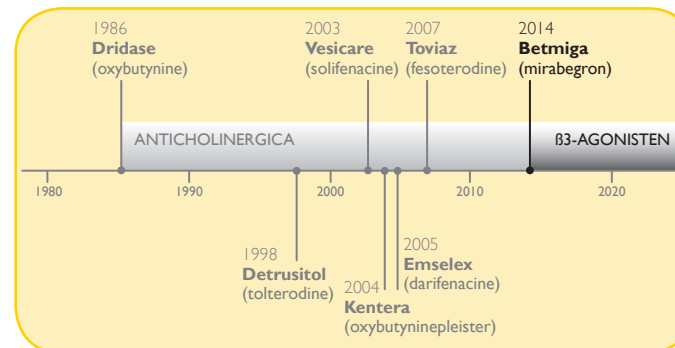
Bij mensen met een overactieve blaas trekt de blaasspier te vaak samen. Dat gebeurt zonder waarschuwing en ook als de blaas nog niet vol is. Het is nog niet bekend wat daar precies de oorzaak van is. Mensen met een overactieve blaas moeten opeens heel nodig plassen. Ze kunnen hun plas bijna niet ophouden. Soms verliezen ze al urine voordat ze bij de WC zijn.



Bespreek uw klachten eens met uw arts, die weet wat eraan gedaan kan worden.

Uw arts kan bepalen of uw klachten veroorzaakt worden door een overactieve blaas. Voor een overactieve blaas zijn goede behandelingen mogelijk. De bedoeling daarvan is dat uw klachten minder worden en dat uw blaas weer meer en langer urine kan bewaren. Daardoor hoeft u minder vaak te plassen en wordt ongewild urineverlies verminderd of zelfs gestopt. Het leven zal dan weer een stuk leuker zijn!

Uw arts kan kiezen uit verschillende behandelmogelijkheden of een combinatie daarvan. Bijvoorbeeld blaas-training of bekkenbodemoefeningen en er zijn 2 groepen medicijnen beschikbaar (anticholinergica en β 3-agonisten).



In Nederland beschikbare geneesmiddelen voor de behandeling van overactieve blaas

Meer informatie? Ga naar www.plastest.nl

Op deze website vindt u meer achtergrondinformatie over de klachten, oorzaken en mogelijke behandelingen van een overactieve blaas. Op deze website staat ook een elektronische versie van de plastest die automatisch uw resultaat uitrekt.

15-MIR-028

Deze folder op uw smartphone?



Misschien hebt u last van een overactieve blaas. Doe de test in deze folder of op www.plastest.nl

www.plastest.nl