

VAD ÄR LUTS

- och hur kan det behandlas?

Information om nedre urinvägssymptom (LUTS)
och de olika behandlingsalternativen.

LoFric® Origo™



MANLIG HÄLSA OCH MANLIGHET

På vissa sätt kan det vara svårt att vara man. Vi har en lägre förväntad livslängd än kvinnor – 73,2 år mot 80,2 år i Europa¹. Dödligheten är också högre bland män än bland kvinnor vid 12 av de 15 vanligaste dödsorsakerna².

Men det är inte nog med det. Vi män drar oss dessutom för att söka vård³⁻⁵.

Enligt vetenskapen beror det antagligen på stereotypa uppfattningar om manlighet³⁻⁵; tvi ser oss själva som tuffa och oberoende. Andra orsaker är att vi känner oss generade eller har ont om tid^{6,7}. Om vi söker vård gör vi det ofta för sent. Följden blir att vi har ont och lider i onödan. Dessutom får många av oss ett sämre resultat av behandlingen^{3,5}.

FÖRR ELLER SENARE DRABBAS DE FLESTA MÄN AV LUTS

Om inte förr så senare drabbas nästan alla män av nedre urinvägssymptom, LUTS. Det är troligen anledningen till att dessa symptom betraktas som en normal del av åldrandet^{6,7}. Men det stämmer inte. Som du kanske själv har märkt kan LUTS ha en stor inverkan på välbefinnandet och livskvaliteten⁸⁻¹¹.

LUTS är en förkortning för den engelska benämningen Lower Urinary Tract Symptoms och är ett samlingsbegrepp för besvär med urinvägarna, som nattliga toalettbesök, svag urinstråle, ökad urineringsfrekvens, inkontinens, ofullständig tömning av urinblåsan, urinläckage och även problem med sexlivet.

LUTS ökar risken för depression, och ju svårare symptomen är desto större blir risken¹².

Att behöva tömma urinblåsan på natten är det allra vanligaste symptomet på LUTS^{6,12,13}. Mer än 40 % av oss som är över 70 år är drabbade. Men symptomen kan också börja redan i 40-årsåldern. Besvären associeras ofta med sömnbrist, trötthet under dagen och – troligen som en följd av detta – ökad risk för fallolyckor och frakturer¹³⁻¹⁵.

Många av LUTS-symptomen orsakas av ofullständig tömning av urinblåsan. Det positiva är att det går att behandla.



VÄNTA INTE MED ATT SÖKA VÅRD – DET FINNS BEHANDLING VID LUTS

Det finns flera olika behandlingsalternativ vid LUTS. Intermittent kateterisering är ett av dem och är en standardbehandling vid LUTS med ofullständig tömning av urinblåsan¹⁶⁻¹⁸. Ibland kan det också vara aktuellt med läkemedelsbehandling, ensamt eller i kombination med intermittent kateterisering. I vissa fall kan man behöva opereras, och då kan intermittent kateterisering vara ett behandlingsalternativ medan man väntar på operation.

Intermittent kateterisering är det näst bästa sättet att tömma urinblåsan – det sätt som är mest likt det naturliga sättet.

Tekniken är lätt att lära sig och kan utföras var som helst. Självkateterisering kan uppfattas som besvärligt i början, men det blir snart en naturlig del av vardagen.

Intermittent kateterisering hjälper dig att tömma urinblåsan helt och hållet och ger dig kontroll över ditt välbefinnande. Om inte annat kommer du att sova bättre om nätterna, om du hör till den stora skara män som måste upp och kissa en eller flera gånger varje natt.



HUR FÅR JAG HJÄLP?

Om du besväras av LUTS ska du vända dig till din husläkare eller till en urologmottagning. Du bör genomgå en utredning så att man kan avgöra vilken behandling som är lämpligast för dig. För att underlätta och påskynda processen kan du fylla i en lista hur mycket du dricker, hur mycket och hur ofta du kissar (miktionslista) inför läkarbesöket. Fyll i miktionslistan under två till tre dygn. Det kan ge värdefull information om hur din urinblåsa fungerar

Ladda ned LoFrics miktionslista

Med appen LoFric® Micturition Chart kan du registrera hur mycket vätska du dricker och hur mycket du kissar under två eller tre dagar (48/72 timmar).





BRA ATT VETA OM TAPPNINGSKATETRAR

Som med många saker i livet är det avgörande att få en bra start. Detta gäller även när du börjar med självkateterisering. Därför är det viktigt att du väljer en kateter som passar dina behov och din livsstil.

De flesta användare föredrar katetrar som är smidiga att använda och lätta att föra in^{19, 20}. Lika viktigt som en bra start är det att tänka långsiktigt. På lång sikt är ytan på katetern oerhört viktig. Varje kateterisering innebär en påfrestning på urinröret. Det kanske inte märks i början, men med tiden läggs den ena lilla skadan till den andra och kan på sikt utvecklas till

en allvarlig komplikation. Därför är det av största vikt att använda en kateter med låg friktion redan från början. LoFric® Origo™ för män är en tappningskateter med en helt unik och vetenskapligt beprövad yta som ger en följsam yta med minimal friktion.





EN BRA START MED LOFRIC ORIGO

Urinblåsans funktion påverkar hur vi mår, inte bara i början utan också på lång sikt. Därför är det viktigt att välja rätt kateter.

LoFric Origo är en hydrofil intermittent kateter som har utvecklats i samarbete med sjukvårdspersonal och hundratals män som använder självkateterisering regelbundet.

Den är utformad för att tillgodose dina behov både ur medicinsk synpunkt och i förhållande till din livsstil. Därför är den lätt att ta med och använda var som helst, utan att du behöver kompromissa med hälsa eller säkerhet.

- **Diskret utformning**
- **Hygienisk och lätt att hantera**
- **Skonsam och säker att föra in och dra ut**

Referenser

1. WHO 2016. World health statistics 2016
www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/en/
2. Pinkhasov et al. Int J Clin Pract. 2010;64:465-74
3. Banks. BMJ. 2001;323:1058-60
4. Kim. World J Mens Health. 2015;33:45-9
5. Pinkhasov et al. Int J Clin Pract. 2010;64:475-87
6. Ojewola et al. World J Mens Health. 2016;34:200-208
7. Sarma et al. J Urol. 2008;180:227-32.
8. Coyne et al. 2009 BJU Int. 2009;103(Suppl 3):4-11
9. Abrams et al. BJU Int. 2015;115:143-52
10. Speakman et al. BJU Int. 2015;115:508-19.
11. Marklund et al. Scand J Urol Nephrol. 2010;44:304-14
12. Breyer et al. J Urol. 2014;191:1333-9
13. Kupelian et al. J Urol. 2011;185:571-7
14. Oelke et al. Int J Clin Pract. 2016;70:940-949
15. Galizia et al. J Am Med Dir Assoc. 2012;13:640-4
16. Drake et al. Neurourol Urodyn. 2016;35:657-65
17. Tudor et al. J Neurol. 2016;263:2555-2564
18. Groen et al. Eur Urol. 2016; 69:324-33
19. Lundqvist and Neovius. SHEA 3rd Annual Meeting 2014;Poster A4
20. Pinder et al. Patient Prefer Adherence. 2015;9:381-8
21. Waller et al. J Urol. 1995;153:345-8
22. Hakansson et al. Urol Nurs 2015;35:239-47

På Wellspect värdesätter vi människorna bakom våra framgångar. Genom tusentals användare och sjukvårdspersonal världen över vet vi att samarbete är den bästa grunden för att kunna utveckla kontinensvården, erbjuda innovativa produkter och tjänster och därigenom bidra till att våra användare kan leva det liv som de önskar. Med välkända varumärken som LoFric® och Navina™ är vi världsledande inom produkter för blåsa- och tarmskötsel. Vår verksamhet bygger på mer än 30 års erfarenhet av livsförbättrande lösningar och varje dag eftersträvar vi att göra skillnad för alla dem som behöver våra produkter och tjänster.

Wellspect. En verklig skillnad.

wellspect.se

