

## **Dokuczliwe objawy ze strony dolnych dróg moczowych u mężczyzn**

**Objawy ze strony dolnych dróg moczowych to często główny problem zdrowotny starszych mężczyzn, pogarszający istotnie ich jakość życia wskutek zaburzenia zarówno normalnej dziennej aktywności, jak i snu. Pomimo tego, jak wynika z badania „Zdrowa ONA” prawie 1/3 badanych mężczyzn powyżej 40. r. ż., mających te dolegliwości, nie szukała pomocy u lekarza urologa, traktując te objawy jako typowe dla swojego wieku<sup>1</sup>. Czy faktycznie przekraczając pewną granicę lat, mężczyźni muszą pogodzić się z przykrymi dolegliwościami?**

*Wydaje się, że na przestrzeni ostatnich lat wiedza wśród Polaków na temat chorób stercza i dolegliwości ze strony dolnych dróg moczowych uległa znaczącej poprawie. Posiadanie wiedzy w tym zakresie jest czynnikiem przekładającym się na poprawę zgłaszalności pacjentów do lekarza, a co za tym idzie poprawę ogólnego stanu zdrowia wśród Polaków. Niestety nadal wielu mężczyzn traktuje dokuczliwe objawy ze strony dolnych dróg moczowych jako „zło konieczne”, związane ze starzeniem się, co ich zdaniem nie wymaga leczenia. Oczywiście - dolegliwości te narastają wraz z wiekiem, jednak w żadnym przypadku nie można ich ignorować. To, co powinno zwrócić uwagę mężczyzny, to przede wszystkim dolegliwości związane z oddawaniem moczu. Dla każdego mężczyzny ten zakres dolegliwości będzie inny. W każdym razie wszelkie odstępstwa od zwyczajów związanych z mikcją, czyli oddawaniem moczu, powinny być pierwszym sygnałem, że coś złego zaczyna się dzieć i zmusić nas do konsultacji ze specjalistą – **wyjaśnia ekspert programu „Zdrowa ONA” dr Piotr Kryst, urolog.***

### **Które objawy powinny nas zaniepokoić?**

Objawy związane z dolnymi drogami moczowymi możemy podzielić na trzy główne grupy. Pierwsze z nich, te najbardziej dokuczliwe, związane są z fazą napełnienia pęcherza. Zaliczamy do nich:

- częstomocz dzienny – opróżnianie pęcherza raz na 1-2 godziny,
- nokturia, czyli częstomocz nocny,
- nagłe parcie na mocz,
- wysiłkowe nietrzymanie moczu – wyciek moczu poprzedzony podczas wysiłku fizycznego, kichania, kaszlu,
- nagłe nietrzymanie moczu – wyciek moczu poprzedzony uczuciem nagłej, niemożliwej do opanowania potrzeby oddania moczu.

Druga grupa objawów, wyróżniona przez urologów, dotyczy fazy oddawania moczu. Są to przede wszystkim:

- trudności z rozpoczęciem mikcji,
- słaby, wąski, rozszczepiony lub przerywany strumień moczu,
- mikcja z użyciem tłoczni brzusznej, czyli konieczność parcia podczas mikcji,
- wykapywanie moczu pod koniec mikcji.

Nieco mniej uciążliwe są symptomy występujące w fazie pomikcyjnej, czyli:

- uczucie niecałkowitego opróżnienia pęcherza,

---

<sup>1</sup> Ogólnopolskie badanie zrealizowane w ramach programu „Zdrowa ONA” zainicjowanego przez Gedeon Richter, przeprowadzone w dniach 19-25 marca 2015 roku metodą internetowych zestandaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Dobór próby miał charakter losowy. W badaniu wzięło udział 800 osób (400 mężczyzn wieku powyżej 40. r. ż. i 400 kobiet w wieku powyżej 30 r. ż., których partnerzy skarżą się na dolegliwości związane z dolnymi drogami moczowymi).

- wykapywanie moczu kropelkami po mikcji<sup>2</sup>.

### LUTS – co to oznacza?

LUTS to skrót z j. angielskiego (*lower urinary tract symptoms*) i oznacza objawy ze strony dolnych dróg moczowych. Najczęstszą z przyczyn wspomnianych objawów jest łagodny rozrost gruczołu krokowego rozpoczynający się zwykle po 50. roku życia. Dlatego dawniej wszystkie dolegliwości ze strony dolnych dróg moczowych automatycznie wiązano z łagodnym rozrostem gruczołu krokowego. Jednak trzeba pamiętać, że te dolegliwości mogą być spowodowane innymi chorobami gruczołu krokowego, a także ze schorzeniami pęcherza, a nawet serca lub nerek. Dlatego tak ważna jest wizyta u lekarza urologa w celu ustalenia dokładnej przyczyny dolegliwości.

*Najczęściej zgłaszają się do nas pacjenci z różnymi dolegliwościami związanymi z oddawaniem moczu. To jest coś, co ich niepokoi, utrudnia codzienne życie, naraża na kłopotliwe sytuacje, a także zwraca uwagę najbliższych. Jest to więc silny sygnał, że dzieje się coś niepokojącego. Drugim bodźcem skłaniającym do wizyty u lekarza są nieprawidłowe wyniki badań, np. badanie USG jamy brzusznej, które wykazało coś niepokojącego w układzie moczowym, badanie ogólne moczu, parametrów nerkowych lub badanie poziomu PSA, które powinno być badaniem systematycznie wykonywanym po 50. roku życia. Kolejna grupa pacjentów, choć bardzo niewielka to osoby, które przychodzą z chęci profilaktyki. Co ciekawe zdarzają się nawet panowie około 20. roku życia -  **dodaje dr n. med. Piotr Kryst.***

### Co mówią nam liczby?

Jak wynika z badania przeprowadzanego w ramach programu badawczo-edukacyjnego zainicjowanego przez firmę Gedeon Richter, prawie co trzeci Polak, w wieku 45+ udał się do lekarza urologa w wyniku namowy znajomych lub przyjaciół. Co ciekawe, mniej motywującymi aspektami okazały się dokuczliwe objawy ze strony dolnych dróg moczowych oraz troska o zdrowie. Te przesłanki są kluczowe jedynie dla 12,1% chorych<sup>3</sup>.

Zaobserwowano również, że młodszy pacjenci, z wykształceniem wyższym, mieszkańcy dużych miast częściej zgłaszają się do lekarza z powodu troski o własne zdrowie. Co drugi mężczyzna zwleka z wizytą u lekarza co najmniej kilka miesięcy od wystąpienia LUTS. Wśród przyczyn niezgłaszania się do lekarza specjalisty, najczęściej (60,9%) wymieniono przekonanie, iż odczuwane dolegliwości są typowe dla wieku i nie trzeba ich leczyć oraz obawa, że wizyta u lekarza skończy się operacją – na tą przyczynę wskazało prawie 40% mężczyzn<sup>4</sup>.

<sup>2</sup> A. Borkowski, M. Sosnowski, Z. Wolski, et al. Rola farmakoterapii skojarzonej w leczeniu BPH i męskich LUTS, Przegląd Urologiczny 2011/3 (67).

<sup>3</sup> Raport zrealizowany w ramach programu badawczo-edukacyjnego dotyczący profilaktyki i wiedzy na temat nie-neurologicznego zespołu objawów ze strony dolnych dróg moczowych i pęcherza nadreaktywnego realizowany w dniach 26.01-15.12 2014 roku przez agencję Brass Research&Development. Badaniem objęto 30 180 pacjentów w wieku 45+.

<sup>4</sup> Raport zrealizowany w ramach programu badawczo-edukacyjnego dotyczący profilaktyki i wiedzy na temat nie-neurologicznego zespołu objawów ze strony dolnych dróg moczowych i pęcherza nadreaktywnego realizowany w dniach 2013 roku przez agencję Brass Research&Development. Badaniem objęto 33 794 pacjentów w wieku 34+.