



## URIINIPIDAMATUSE RAVI LINGUMEETODIL

Uriinipidamatus on tingitud mitmetest faktoritest:

- ealised muutused organismis: sidekoe nõrgenemine, östrogeenide vähenemine üleminekueas;
- kudede kahjustused sünnitusel raske sünnituse, lapse suure sünnikaalu või sünnitusabioperatsioonide tõttu;
- raske füüsiline töö, raskuste tõstmine;
- geneetiline eelsoodumus;
- neuroloogilised haigused, pea- ja seljaaju kahjustused.

Uriinipidamatust esineb 20% naistest, kõige sagedasemad on pingutusuriinipidamatus ehk stressinkontinents ja sund- ehk tunguriinipidamatus.

**Stressuriinipidamatus** on tingitud sidekoe ja lihaste nõrkusest, uriini leke tekib füüsilisel pingutusel või köhimisel.

**Tungpidamatus** puhul on kusepõie täitumise kontroll häirunud, põie ärritavus tõusnud ja urineerimisrefleksi tagasihoidmine halvenenud. Tunguriinipidamatust ravitakse ravimite ehk konservatiivse ravi ja füsioteraapiaga.

Stressuriinipidamatuse või segatüüpi uriinipidamatuse (esinevad nii stress- kui ka tunguriinipidamatuse tunnused) ravi on kirurgiline.

### Operatsiooni eelselt:

- Teile antakse täitmiseks küsitlusleht, kuhu peate märkima võimalikult täpselt andmed oma tervisliku seisundi kohta, varem põetud ja praegused haigused, hiljuti kasutatud ja praegu kasutatavad ravimid, ülitundlikkuse ravimite suhtes, varasemad operatsioonid ning harjumused (suitsetamine, alkoholi tarvitamine jm);
- **6 tundi enne operatsiooni ei tohi süüa, juua piimatooteid ja viljalihaga mahla.** Kuni 2 tundi enne operatsiooni on lubatud juua musta kohvi, teed, selget viljalihata mahla ja vett. **2 tundi enne operatsiooni on keelatud kõik joogid.** Kui olete hiljem söönud või joonud, võib mao sisu narkoosi ajal hingamisteedesse sattuda ja eluohtlikke tüsistusi põhjustada ning Teie tervise huvides tuleb operatsioon edasi lükata või ära jätta;
- kui Teile on määratud ravimid, siis võtke need operatsioonipäeva hommikul väga vähese veega;
- operatsioonipäeva hommikul käige duši all.

### Operatsiooni kulg

Uriinipidamatuse operatsiooni eesmärgiks on kusiti-põie ühenduse toetamine, et kusiti ei avaneks füüsilise pingutuse ajal. Lingumeetodi puhul kasutatakse toetuseks polüpropüleenist lingu, mis asetakse tupe kaudu kusiti alla. Ling jääb tupe limaskestast alla.

### Operatsiooni järgselt:

- koju lubatakse Teid samal või järgmisel päeval;
- töövõimetuslehel viibite 2–6 nädalat olenevalt Teie tervislikust seisundist ja töö iseloomust;
- kuu jooksul pärast operatsiooni vältige raskuste tõstmist üle 5–6 kg; suguelu; saunas, ujulas ja vannis käimist ning ärge kasutage tampoone;
- pöörduge arsti poole, kui Teil tekib temperatuuri tõus üle 38 °C, tugev valu kõhus, verejooks tupest ja/ või urineerimishäired.

### Võimalikud tüsistused

Kirurgilisel ravil on alati oht tüsistuste tekkeks. Lingu paigutamise järgselt võib tekkida verejooks, haavapõletik, urineerimishäired, põie vigastus ja lingu äratõuge tupest.

Naistehaiguste polikliinik, registratuur 15 tel 617 2361

SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla  
www.regionaalhaigla.ee

J. Sütiste tee 19  
13419 Tallinn