



Dráždivý močový měchýř

Je mi 38 let, Měřím 176 cm a vážím 85 kg. Před rokem mi po značných obtížích s močovým měchýřem (bolesti v podbřišku, močení během noci) byl diagnostikován dráždivý močový měchýř. Od té doby uřívám s různě dlouhými přestávkami 2x denně Uroxal, ale vždy se mi obtíž po skončení léčby po nějaké době vrátí. Souvislost s gynekologickými obtížemi a s bolestmi zad byla vyloučena, zánět močového měchýře také. Chtěla bych se zeptat, zda je možná i jiná léčba než zmiňovaná, např. nějaké přírodní produkty, a zda je zde souvislost např. s těsným oblečením (nosím obepnuté rifle) nebo s psychickými problémy.

Bohužel, hyperaktivní močový měchýř je problém, u kterého lékařská věda zatím nezná přesnou příčinu. Obvykle je potřebná dlouhodobá léčba předepsanými léky – naštěstí dnešní moderní léky jsou poměrně dobře snášeny. Pokud vám stávající léčba nevyhovuje (např. kvůli suchu v ústech, zácpě), můžete požádat svého lékaře o její změnu na léčiva s menším množstvím nežádoucích účinků. Z přírodních produktů není znám žádný, který by zvýšenou dráždivost močového měchýře upravoval. S těsným oblečením syndrom dráždivého měchýře s největší pravděpodobností nesouvisí, mnohem významněji souvisí s psychikou. Proto se někdy k léčbě používají i léky ze skupiny antidepresiv.

Další možností je rehabilitační léčba a cvičení – močový měchýř je možné do jisté míry

„trénovat“. Jedná se o techniku tzv. **bladder drill**, při které vědomě postupně snižujeme počet močení a prodlužujeme intervaly mezi močením. Podrobnosti by vám mohl vysvětlit váš lékař. Poslední možností je pak operace, tu však musí indikovat rovněž lékař.

Jako velmi dobrý zdroj informací dále doporučujeme webovou stránku www.inkontinena.cz, kde kromě problémů souvisejících s inkontinencí najdete i množství rad pro léčbu dráždivého močového měchýře.

Kožní problém

Je mi 55 let a léčím se s močovým ústrojím (bakterie), brala jsem dvoje antibiotika. Začíná se mi tvořit výtok a také krvavé praskliny okolo stydkých pysků. Hodně to bolí, i když to mažu Gyno-Pevarylem. Je možný nějaký jiný postup?

Ve vašem případě doporučujeme přerušit používání Gyno-Pevaryl krému a navštívit svého gynekologa. Může se jednat o kombinaci obtíží infekčního původu urovaginálního ústrojí s obtížemi souvisejícími s hormonálními změnami v klimakteriu.

Urologické cévky

Po urologické operaci nemám močový měchýř, ale vak, který bych měl pravidelně, cílově až 6–7krát denně cévkovat. Bohužel mně nejdou zavést jednorázové cévky (a to ani když je zavádí lékař) – většinou jsou příliš tvrdé, a při zavádění hned zkraje narážejí na odpor a nejdou dále. Mohu používat pouze měkkou, latexovou cévku s balonkem, dvoucestnou Tiemann (Foley), ta však není určena pro jednorázové použití a také by ji takto ani pojišťovna neuhradila. Takže si tyto cévky kupuji, a již jsem za ně vydal tisíce. Můj dotaz tedy je, zda a kde je možno sehnat jednorázové cévky v tuhosti (latex) podobné těm, které používám.

Bohužel se nám nepodařila na trhu nalézt žádnou jednorázovou cévku z jiného materiálu, než je PVC. Nepíšete, jaké typy cévek jste už vyzkoušeli. Například společnost GAMA vyrábí jednorázové cévky ve dvou provedeních – tvrdší a měkčí, značeno písmeny M nebo T (<http://www.gama.cz/katalog/item/cevky-urologicke-tiemann>). Dále jsou dostupné cévky Easicath se speciální hydrofilní vrstvou, která se aktivuje 30

s před zavedením ve vodě pro snazší zavádění (<http://www.easicath.cz/cz/kat.php>).

Chlamydiové záněty močových cest

Trápí mě opakované záněty močových cest – za poslední rok a půl jsem měla zánět asi 8krát, ne-li více. Dostanu vždy antibiotika, a po léčbě pravidelně tak třetí den po sexu jsem zase tam, kde jsem byla. Přítel byl se mnou na urologii: kultivace močové trubice – nález – antibiotika – a tak stále dokola. Ted' se tedy ještě chystám na gynekologii, ale žádné výtoky nemám a ničím jiným než pálením při močení netrpím. Otázka zní, kam mám svého partnera poslat. Zda na kožní, nebo taky se mnou na gynekologii, nebo zkusit ještě jiného urologa. Četla jsem o chlamydiích, ale příznaky u mne tomu nenavštědčují. Děkuji vám za váš čas a rady.

S podobnými problémy bojuje řada žen a průběh je velmi podobný – časté opakování. Ze zkušeností můžeme doporučit několik postupů, ze kterých zřejmě žádný není kauzální, ale v kombinaci mohou vyřešit, nebo zmírnit vaše problémy. Obvykle je jednou z příčin opakovaných infekcí močových cest oslabená imunita, proto bychom vám doporučili několik způsobů pro její posílení. Velmi dobrým nespécifickým „posilovačem“ imunity je přípravek Imunoglukan s obsahem β -glukanů. Jeho užívání bylo vhodné podpořit některým specifitčtější postupem, jako jsou např. bakteriální lyzáty nejčastějších původců infekcí močových cest – volně prodejny přípravek Urivac nebo léčivý přípravek vázaný na recept Uro-Vaxom. Osvědčené je též použití přípravku Wobenzym, který pomáhá zejména u různých nespécifických vaginálních zánětů. Jeho důležitou vlastností je, že zlepšuje průnik antibiotik a tak podporuje antibiotickou léčbu. Kvůli přenosu pohlavní cestou by bylo vhodné posílit přirozenou poševní mikroflóru (*Laktobacily*), která brání průniku cizorodých patogenních mikrobů. V tomto případě se používají vaginální čípky s obsahem živých bakterií mléčného kvašení, doporučit lze přípravky Gynocaps, Fermalac nebo Lactovag.

Doporučili bychom vám tedy minimálně měsíční léčebnou kúru těmito přípravky. Z vašeho dotazu není zřejmé, zda k opakování infekce dochází pouze po pohlavním styku. Pro maximální ochranu po dobu léčby použijte kondom.

Pokud by tyto postupy váš stav nezlepšily, doporučili bychom vám i vašemu partnerovi nechat si udělat test na chlamydie. Chlamydiová infekce je zákeřná právě v tom, jak těžce se rozpoznává.

Interakce léků

Dnes mi paní doktorka předepsala Cotrimoxazol AI Forte 2x denně na zánět močových cest. Zároveň beru už dva měsíce Onprelen 1x denně na snížení tvorby žaludečních šťáv. Ráda bych se zeptala, zda je mohu užívat najednou a zda mohu současně užívat také přípravky s brusinkami (Mega Brusinka, URO Brusinal Akut či Uroval Manosa atd.), i když mi v lékárně řekli, že s těmito antibiotiky nesmím kyselou zeleninu a ovoce (je tím myšlen i vitamin C?).

Tyto dva léky se navzájem neovlivňují, a je tedy možné brát je současně. Informace o kyselém ovoci se týká přípravku *Cotrimoxazol*, který se skutečně nemá kombinovat s kyselými látkami, protože případné výrazné okyselení moči by mohlo vést k tvorbě močových krystalků. Přípravky s obsahem brusinek však neobsahují kompletní brusinky, pouze extrakt účinné látky, takže se v nich tyto ovocné kyseliny nevyskytují. Tyto přípravky je tedy možné také užívat současně.

Vitamin C by se měl užívat v přiměřených dávkách, neboť vysoké dávky mohou vést k okyselení moči. Doporučená dávka doplňkového podávání by tedy mohla být v tomto případě 100 mg denně. V případě potřeby použití analgetika se po dobu užívání *Cotrimoxazolu* vyhněte přípravkům s obsahem kyseliny acetylsalicylové, ibuprofenu a jim příbuzných látek. Bezpečný je např. paracetamol.

Gynekologické/urologické obtíže

Již asi tři dny mě trápí obtíže, které jsem si ze začátku spojovala se začínajícím zánětem močového měchýře. Posledních několik let ho mívám několikrát do roka. Projevy byly velice mírné a jen při močení (což je zvláštní, protože obvykle mám nástup hodně rychlý a prudký), ale vzhledem k tomu, že jsem v pondělí byla poprvé darovat krev, myslela jsem, že to je tím, že došlo ke ztrátě tekutin a bylo to pro tělo nové a že pitným režimem dokážu vše odvrátit a bude klid. Jenže to má tendenci se spíše zhoršovat a pocity mám, že jde možná spíše o gynekologické obtíže. Je mi opravdu trapně, ale já prostě nedokážu lokalizovat svůj problém. Při močení mám naprosto totožný pocit, jako

kdyby mi začínal zánět močového měchýře, a chodím častěji. V klidu to zase cítím spíše jako gynekologickou obtíž, svědí to, pálí to a bolí, ale nemám ani jsem neměla žádný výtok. Celkově je to takové napůl. Co mi můžete poradit?

Urovaginální obtíže jsou běžné a řeší je gynekolog nebo praktický lékař. Pravděpodobně bude nutné vyšetření moči k potvrzení onemocnění močových cest. Z podpůrných prostředků můžeme zatím doporučit urologické čaje nebo brusinky. Pokud pociťujete svědění až pálení zevního charakteru, můžete použít lokálně např. Canesten krém nebo Jenamazol 2% vaginální krém, který lze i zavádět pomocí aplikátoru.

Pokud se vám problémy s močovým měchýřem a gynekologické obtíže stále vracejí, je možné vyzkoušet dlouhodobou kúru systémové enzymoterapie: Wobenzym, Apo-Curenzym.

Mast proti plísni

Na penisu (na předkožce a žaludu) se mi objevil bílý povlak (na pokožce) a zarudnutí (na žaludu). Měl jsem předepsanu Canesten mast, ale po nějaké době se problém objevil znovu. Mohli byste mi doporučit nějaký účinnější lék, nebo mám pouze prodloužit dobu léčení? Byl by vhodný např. Canespor 1x denně krém?

Nepíšete bohužel, jak dlouho jste mast Canesten užíval ani po jaké době se objevil problém znovu. Obvyklá doba léčby je u dermatomykóz 3 až 4 týdny, pro dosažení kompletního uzdravení musí být krém používán ještě nejméně 2 týdny po vymizení klinických známek onemocnění. Pokud nedojde ke zlepšení příznaků po 2 týdnech léčby, má pacient vyhledat lékaře.

Důležité je též upozornit na nutnost současné léčby obou sexuálních partnerů, a to i tehdy, nemá-li ten druhý žádné příznaky. Bez toho by docházelo k neustálému předávání původců infekce.

Zpracovala odborná redakce EDUKAFARM

