

Incontinență fecală

Incontinența fecală este lipsa de control al evacuării sau scurgerea involuntară de fecale solide, lichide sau gazoase. Este mai frecventă la femei, iar riscul de a o suferi crește odată cu vârsta.

Ce tipuri există?

Printre tipurile de incontinență fecală se află: incontinența cauzată de gaze, de scaune lichide sau de scaune solide, urgența de a defeca (nevoia de a întrerupe ceea ce se face în acel moment pentru a merge repede la baie) și petele de cantitate mică pe lenjeria intimă.

Care ar putea fi cauzele sale?

Incontinența fecală se poate datora mai multor cauze. Cauza cea mai frecventă este nașterea, mai ales dacă este instrumentată (cu pense sau ventuze). Alte cauze includ: intervențiile chirurgicale anale sau ale intestinului (în special chirurgia rectală), radioterapia pelviană și unele tulburări neurologice, cum ar fi bolile măduvei spinării, scleroza multiplă și alte boli, astfel precum și tulburările congenitale anale. În multe cazuri, se combină mai mulți factori în același timp: nașterea, operația pelviană, obezitatea, tusea cronică, diabetul, consumul mare de alcool, boala inflamatorie a intestinului, unele medicamente, diareea și sindromul de colon iritabil, printre altele.

Ce tratamente sunt disponibile pentru aceasta?

1. Schimbări în alimentație

Unele schimbări simple ale alimentației ar putea îmbunătăți consistența fecală și ar favoriza controlul. Alimentele bogate în fibre sau suplimentele alimentare sau farmacologice cu fibre, cum ar fi metilceluloza, cresc volumul de scaune și ar putea ajuta la oprirea incontinenței.

Unele alimente, în schimb, o pot înrăutăți, cum ar fi alimentele picante, grase, prăjite,

băuturile cu cofeină, alcoolul și îndulcitorii artificiali.



2. Tratamente farmacologice

Este important să se verifice medicamentele care se ia pentru alte probleme de sănătate pentru că unele medicamente pot provoca descompuneri și pot facilita incontinența. Pe de altă parte, medicamentele care constipă pot ajuta la reducerea incontinenței.

3. Clisme, irigații transanale și dopuri anale

Folosirea clismelor pentru a goli stomacul și a dopurilor anale poate ajuta persoanele cu incontinență fecală să își organizeze mai bine viața și să evite scăpările neașteptate. Irigațiile transanale pot lăsa intestinele curate timp de câteva ore sau de câteva zile.

4. Exerciții de reabilitare

O gamă largă de exerciții poate îmbunătăți forța mușchilor pelvieni. Uneori pot fi completate cu electrostimulare sau cu ședințe în cadrul cărora pacientii privesc pe un ecran contracțiile pe care le realizează pentru a le crește eficiența.

5. Tratamente chirurgicale

Atunci când niciuna dintre măsurile de mai sus nu funcționează, există alternative chirurgicale. Unele sunt relativ simple, iar altele sunt reconstrucții chirurgicale mai complexe.

Este întotdeauna necesar ca tratamentul să fie individualizat și să se ia deciziile în comun cu persoana care suferă incontinența fecală.