

# UROLOGISCHE KLACHTEN EN SEKSUALITEIT BIJ MS



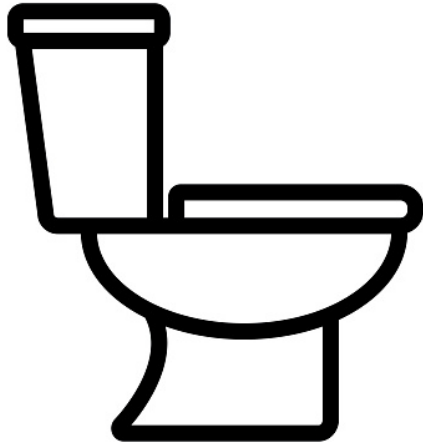
- Hoe vaak komt het voor?
- Plasklachten
- Wat gaat er mis?
- Wat doet de uroloog of verpleegkundig specialist?
- Behandelopties voor plasklachten
- Seksuele klachten
- Behandelopties voor seksuele klachten

# Waarom dit onderwerp?

- Zeer vaak voorkomend bij MS
- Grote impact op dagelijks leven en relaties
- Vaak moeilijk om over te praten
- Wordt niet altijd vanzelf besproken in de zorg
- Er zijn wél oplossingen!



# Urologische & seksuele klachten bij MS



85% van alle patiënten

99% van alle patiënten, >10 jaar

10-15% start met plasklachten



60-70% van vrouwen

60-75% van mannen

## Moeite met ophouden

- Plotselinge aandrang
- Vaak moeten plassen
- Urineverlies bij aandrang

## Moeite met (leeg)plassen

- Moeite om te beginnen
- Gevoel van niet leeg te zijn
- Zwakke straal
- Nadruppelen

- Pijn bij plassen
- Blaasontstekingen
- Vermoeidheid



- Blaasontstekingen
- Pijn of branderig gevoel
- Huidproblemen
- Slechte nachtrust
- Nierschade



- Altijd bezig met toilet/plannen
- Beperkingen in werk en sociale activiteiten
- Vermoeidheid



- Schaamte
- Onzekerheid
- Isolatie
- Invloed op relaties en intimiteit

# 'Normale blaasfunctie'

Vulfase



Ledigingsfase



# Wat gaat er mis bij MS?



- Verlies van timing
- Plotselinge aandrang
- Vaak moeten plassen
- Urineverlies bij aandrang

- Seksuele ontremming
- Libidoverlies door incontinentie



- Niet goed leegplassen
- Moeite om te beginnen

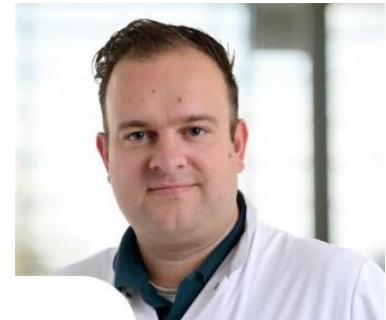
- Verminderde erecties
- Verminderde lubricatie
- Moeite met orgasme



- Niet goed leegplassen
- Urineverlies bij inspanning

- Minder gevoel vaginaal
- Geen erecties

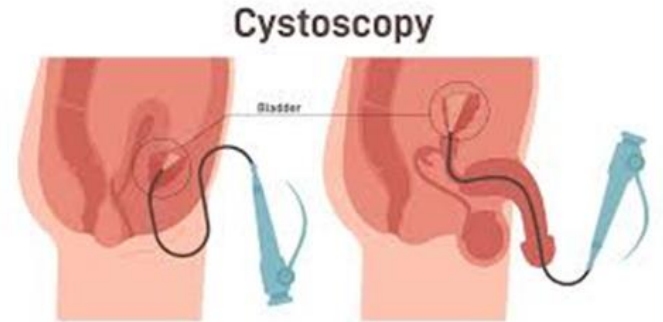
# Naar de urologie?



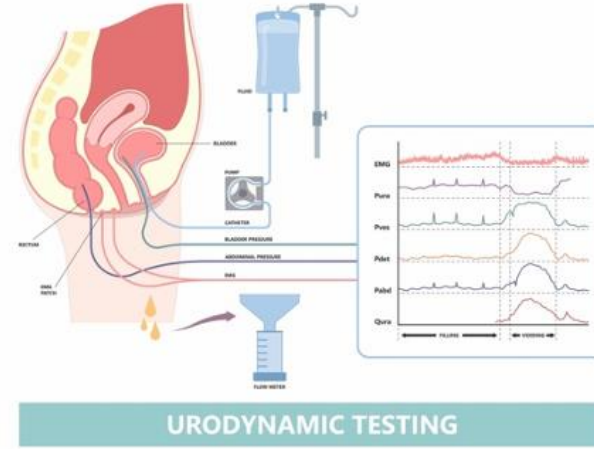
- Gesprek
  - Plassen
  - Seksualiteit
  - Poepen
- Plasdagboek
- Urineonderzoek
- Bloedonderzoek
- Echo nieren/blaaas
  
- Cystoscopie
- Urodynamisch onderzoek



- Met een camera kijken in de blaas.
- Zijn er afwijkingen in de blaas zichtbaar?
- Korte duur.
  
- Bij vrouwen: mogelijk vaginaal toucher
- Bij mannen: mogelijk rectaal toucher



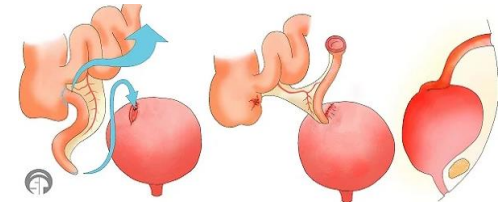
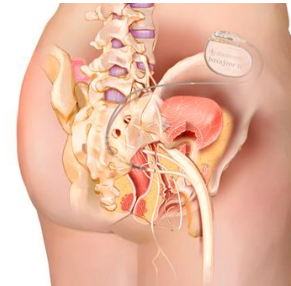
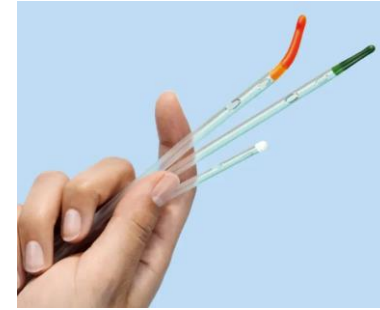
- Werking van de blaas
  - Drukken van de blaas
  - Werking van de sluitspier
  - Hoe wordt er geplast



- Doelen behandeling
  - Behoud nierfunctie
  - Voorkomen van blaasontstekingen
  - Vermindering van incontinentie, drang en frequentie
  - Verbetering van kwaliteit van leven
  
- Dus: Grotere blaasinhoud, volledig uitplassen en minder incontinentie



# Behandelopties bij urologische klachten



- Vochtiname
- Prikkelers vermijden (cafeïne, alcohol, pittig eten)
- Plasgewoonten
- Lichaam en houding
- Obstipatie



- *Is het voor de blaas slecht om urine op te houden of is het beter direct te plassen bij aandrang?*
- *Wat zijn dingen die je zelf kan doen om urologische klachten te verminderen of uit te stellen?*

- Bekkenfysio biedt hulp bij het aansturen (ontspannen en aanspannen) van de bekkenbodemspieren
- Hoe werkt het?
  - Bewustwordingen
  - Oefeningen (thuis+begeleiding)
  - Biofeedback



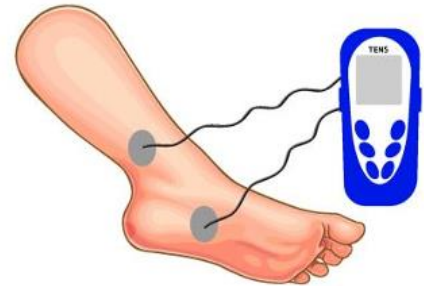
- Bij aandrang/vaak plassen/incontinentie
  - 2 groepen medicatie
  - Bij ongeveer 50-70% verbetering
  - Bijwerkingen
- Bij moeilijk leegplassen
  - Off-label medicatie bij vrouwen
  - Bij mannen combinatie behandeling met 'prostaat'
  - Minder effect dan bij aandrangsklachten
  - Vaak toch katheterisatie nodig



- Posterior Tibial Nerve Stimulation  
Met naaldje
- Effect 50-60% verbetering
- 12x wekelijks in het ziekenhuis nadien doorzetten en mogelijk TENS thuis



PTNS apparaat



PTNS apparaat aan de voet

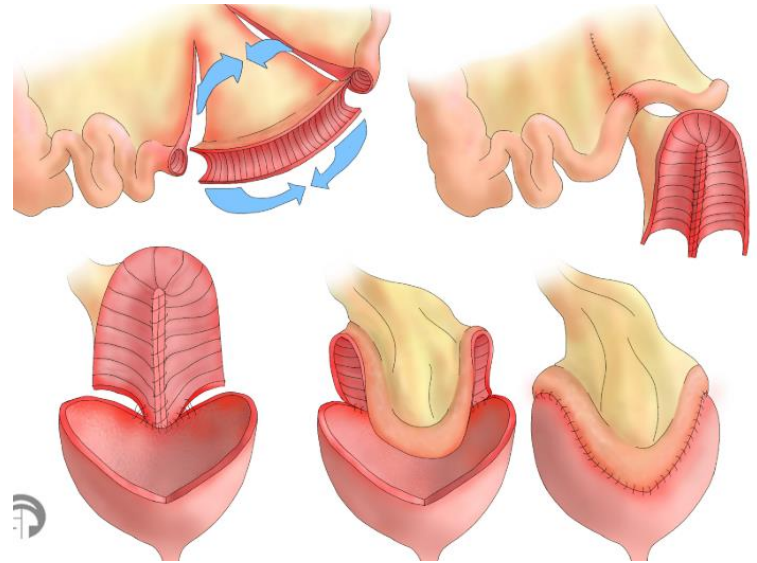
- Wat is het?
- Wanneer gebruiken we het?
- Effect 60-80% duidelijke verbetering
- Werkt 6-12 maanden.
- Risico op minder goed leeg plassen → katheterisatie noodzakelijk
- Hoe doen we het praktisch in JBZ?
  - Onder lokale verdoving op de poli zelf
  - Onder sedatie/op de operatiekamer



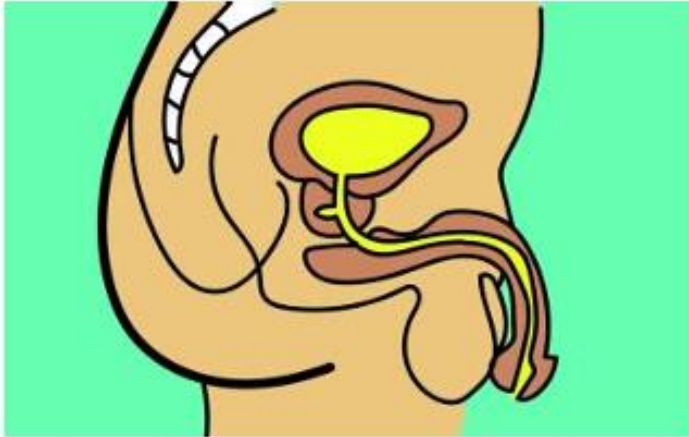
- Kleine pacemaker in de rug
- Stimuleert zenuwen in de onderrug
- Stuurt blaasfunctie bij
  
- Vaak eerst proefbehandeling
- Alleen geselecteerde patiënten
- Effect kan variëren (ziekteverloop speelt mee)



- Alleen bij ernstige klachten, als andere behandelingen niet helpen!
- Drie opties (of combi)
  - Blaasvergroting
  - Katheteriseerbaar stoma
  - Urine-omleiding
- Last resort, bijna nooit nodig!



- Het ledigen van de blaas dmv een katheter.



*Dwarsdoorsnede blaas en urineweg bij de man*



*Dwarsdoorsnede blaas en urineweg bij de vrouw*

- Wanneer nodig?
  - Als de blaas niet goed leeg kan komen
  - Afvloedbelemmering van de blaas (bij vergrote prostaat, vernauwing van de plasbuis)
  - Na een operatie

- Wat levert het op?
  - Betere blaaslediging
  - Minder infecties
  - Minder risico voor nieren
  - Minder druk/ongemak/urineverlies
  - Meer controle over ‘plassen’
  
- Betere kwaliteit van leven

- Praktijk
  - 2 soorten katheters. Verblijfskatheter en zelfkatheteriseren
  - Frequentie
  - Aanleren op de poli Urologie of op de afdeling Urologie
  - Ondanks evt. beperkingen is het vaak wel mogelijk.
  - Praktische tips

- Seksualiteit is een belangrijk onderdeel van kwaliteit van leven
- Veranderingen komen vaak voor bij MS
- Grote impact op kwaliteit van leven van u (en partner)
- Het is niet altijd makkelijk om hierover te praten
- Toch belangrijk om bespreekbaar te maken

# Welke klachten?

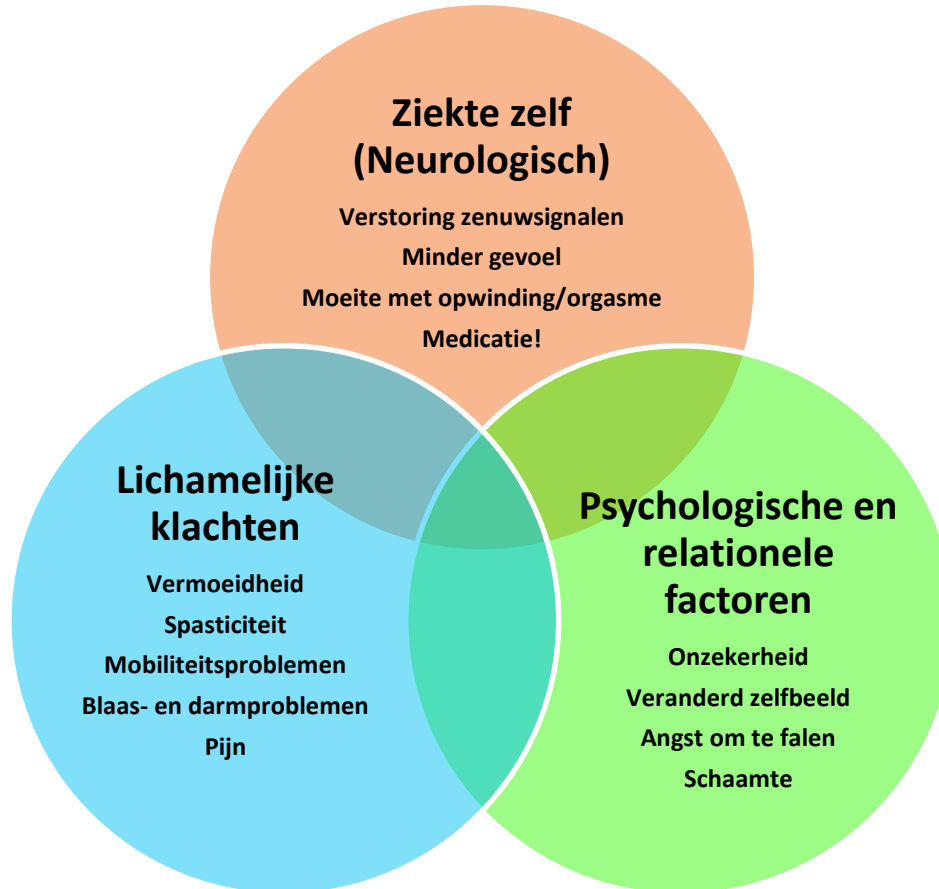


- Minder zin in seks
- Minder lubricatie (vochtigheid)
- Moeite met orgasme
- Pijn bij het vrijen
- Veranderd gevoel



- Erectieproblemen
- Minder zin in seks
- Moeite met orgasme
- Veranderd gevoel

# Waardoor ontstaan deze klachten?



## Open communicatie

- Bespreek het met partner
- Bespreek het met zorgverlener
- Schaamte is begrijpelijk, maar niet nodig
- Uitspreken van verwachtingen

## Praktische aanpassingen

- Kies momenten met meer energie
- Neem de tijd
- Zoek comfortabele houdingen

## Hulpmiddelen en medicatie

- Medicatie bij erectieproblemen
- Glijmiddel bij droogheid
- Andere hulpmiddelen

## Begeleiding

- Seksuoloog/uroloog
- Bekkenfysiotherapeut
- MS-verpleegkundige

# Welke hulp is er?

- Centrum voor seksualiteit (neuroloog of VS neurologie mogen rechtstreeks verwijzen)
  - Uroloog/medisch seksuoloog
  - Seksuoloog/psycholoog
  - 1 of meerdere gesprekken
  - Medicatie, aanvullende therapie
  - Volledige vergoeding
- Seksuoloog in 1<sup>e</sup> lijn
- Bekkenfysiotherapeut met aandacht voor seksualiteit



# Vragen?

---

