

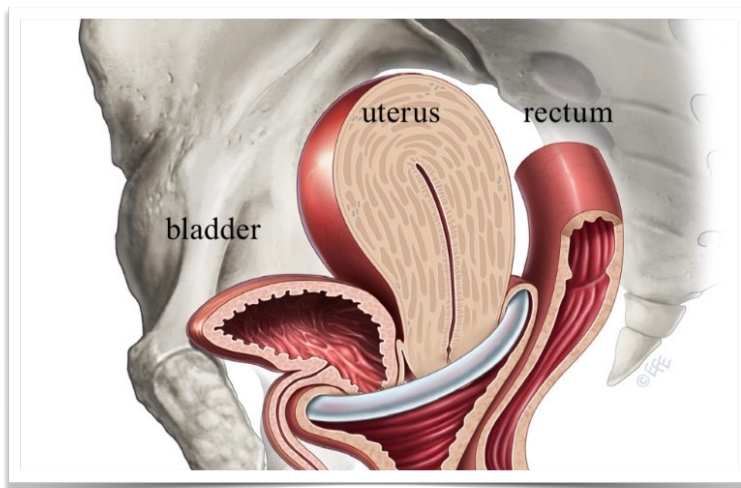
PESARY PRE POKLES PANVOVÝCH ORGÁNOV

SPRIEVODCA PRE ŽENY

1. Čo je prolaps?
2. Čo je pesar?
3. Kedy môže byť použitý pesar?
4. Aká je správna veľkosť pesaru?
5. Aké sú alternatívne metódy liečby?
6. Čo sa mi stane po vložení pesaru?
7. Môžu nastať nejaké komplikácie?
8. Existujú nejaké obmedzenia v mojom doterajšom živote?
9. Môžem mať sex s pesarom vo vnútri?
10. Používanie estrogénu počas používania pesaru.

Kedy môže byť použitý pesar?

Väčšinou sa používa na zlepšenie nežiadúcich príznakov poklesu maternice a/alebo pošvových stien. Niekedy vám môže váš gynekológ navrhnúť vloženie pesaru ako prevenciu úniku moča počas cvičenia. Najvhodnejšie je použitie pesaru v situácii, keď chcete oddialiť vašu operáciu, ak ste ešte neskončili vaše reprodukčné plány (uvažujete o ďalšom tehotenstve), alebo ak máte vážne zdravotné komplikácie, ktoré by mohli skomplikovať operačný výkon. resp. operačnú liečbu.



Čo je prolaps?

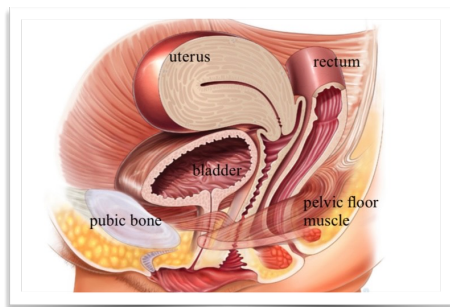
Prolaps (pokles) maternice a/alebo pošvových stien je bežným stavom, ktorý postihuje až do 50% žien. Takmer 11% žien počas svojho života musí podstúpiť operáciu. Vo všeobecnosti sa prolaps vyskytne pre oslabenie podporných štruktúr maternice alebo vagíny. Oslabenie týchto štruktúr, ktoré majú za úlohu podporiť správne uloženie maternice v malej panve sa môže vyskytnúť počas pôrodu, ako výsledok dlhodobého zdvíhania ťažkých predmetov, alebo ak žena dlhodobo trpí zápchou, chronickým kašľom, obezitou a tiež oslabením tkanív v starobe. V niektorých prípadoch môže byť slabosť podporných tkanív dedičná.

Prolapse maternice môže spôsobiť nepohodlie a pocit plnosti vo vagíne, častejšie nutkanie na močenie, sťažené vyprázdňovanie močového mechúra a opakujúce sa infekcie močových ciest. Vo vážnejších stupňoch môže byť poklesnutá maternica prepadnutá cez pošvový vchod.

Čo je pesar?

Vaginálny pesar je teliesko rôzneho tvaru, ktoré sa dá ľahko vkladať do pošvy a jeho úlohou je podporiť zoslabené a poklesnuté steny pošvy alebo maternicu. Najčastejšie používané sú kruhové pesary s podporou alebo bez podpory a kockové pesary. Kruhové pesary môžu ostať v pošve dlhodobo - aj niekoľko mesiacov, kockové pesary je nutné vyberať denne a očistiť. Pesary sú zvyčajne vyrábané zo silikónu - ľahkého nevstrebateľného materiálu, ktorý nie je zdraviu škodlivý. Dlhším používaním sa môže povrch pesaru sfarbiť (zmeniť svoju pôvodnú farbu). Je to normálne a neznamená to, že pesar je potrebné vymeniť.





Existujú nejaké obmedzenia v mojom doterajšom živote?

Pesar by mal dať žene riešenie jej zdravotných ťažkostí bez obmedzenia v denných aktivitách. Napr. mali by ste byť schopná vykonávať šport, bicyklovať ako aj chodiť na väčšie vzdialenosti.

Môžem mať sex s pesarom vo vnútri?

Ak máte kruhový pesar, je veľmi pravdepodobné, že sex môžete mať. Ak vy alebo váš partner pesar cítia, môžete (ale nemusíte) pesar vytiahnuť a po styku si ho zas vložíte naspäť. Pokiaľ máte kockový pesar, tento vyplní celú pošvu. Styk s týmto typom pesaru nie je možný. Uistite sa, že váš doktor vie, že chcete byť sexuálne aktívna. Vtedy sa musí zvoliť iný typ pesaru alebo by mala byť plánovaná iná liečba.

Používanie estrogénu počas používania pesaru.

V menopauze sa sliznica pošvy kvôli nedostatku estrogénov stenší. Toto môže spôsobiť suchú sliznicu a pokiaľ používate pesato to môže spôsobiť vytvorenie trhlín/vriedkov. Váš doktor vám môže predpísať estrogénovú masť na zlepšenie kondície sliznice pošvy. Tiež vám vysvetlí riziká a možné nežiaduce účinky jej používania.

Aká je správna veľkosť pesaru?

Pesar sa vyskúša pri prvej návšteve gynekológa a zhodnotení typu poklesu. Doktor vám odmeria pošvu, aby rozhodol o čo možno najlepšom type pesaru pre vás. Ak je pesar príliš malý, môže vyklízuť von sám, alebo tiež pri vykonávaní vašich potrieb na WC. Ak je pesar príliš veľký, môže tlačiť alebo vám spôsobí nepohodlie. Niekedy to bude vyžadovať viac času (a viac pokusov), kým nájdete ten vyhovujúci typ aj veľkosť.

Akú sú alternatívne spôsoby liečby?

Nižší stupeň poklesu môže byť liečený s pomocou fyzioterapie, zatiaľ čo vážnejší stupeň poklesu bude pravdepodobne potrebovať použitie pesaru, resp. operačnú liečbu.

Čo sa mi stane po vložení pesaru?

Ak sa vloží do pošvy pesar, je potrebné ho kontrolovať a meniť v pravidelných intervaloch. Prax jednotlivých doktorov môže byť rozdielna, ale zväčša treba pesar vytiahnuť a očistiť každých 3-6 mesiacov. Niektoré ženy môžu vybratie a vyčistenie pesaru zvládnuť aj samé, ale môže to urobiť aj lekár v ambulancii. Niektoré pesary (napr. kockové) je potrebné vyberať veľmi často, preto nie sú veľmi vhodné a dlhodobé používanie.

Môžu nastať nejaké komplikácie?

Krvácanie/vriedky v pošvovej stene. V

závislosti na veľkosti a type pesaru je tu šanca, že sa na sliznici vytvoria poranenia. V týchto prípadoch sa môže vyskytnúť ružový výtok alebo krvácanie. Tieto oblasti sa zvyčajne veľmi rýchlo a dobre zahoja len obvyčajným vybratím pesaru. Ak máte vložený pesar a krvácate, objednajte sa k doktorovi na vyšetrenie.

Bolesť alebo diskomfort. Ak je pesar na správnom mieste, nemali by ste ho cítiť. Ak sa necítite dobre, máte tlak alebo bolesti, pesar môže byť malý alebo veľký a potrebuje výmenu za inú veľkosť. Ak máte takúto skúsenosť, povedzte to svojmu lekárovi.

Výtok. Väčšina žien má skúsenosť s výtokom z pošvy. Ak má k tomu vložený pesar, toto množstvo sa pravdepodobne ešte zvýši. Výtok by však nemal zmeniť farbu, resp. nemal by zapáchať. Oba príznaky môžu napovedať o infekcii pošvy a/alebo poranení pošvy. Doktor vám pravdepodobne predpíše masť s estrogénom ako prevenciu tvorby vriedkov. Toto môže tiež zvýšiť množstvo vášho výtoku.