

# Overaktiv blære (OAB)

## Hvad er normal vandladning?



Op til 7 vandladninger i døgnet.



Ca. hver 3. time.

Maks 1 natlig vandladning.



At blæren kan indeholde mindst 300 mL og tissetrang ved 200-400 mL.

Op til 2 liter urin i døgnet.



Stærk vandladningstrang ved psykisk stress, fx eksamen.



Stærk vandladningstrang ved fyldt blære og mulighed for toiletbesøg, fx kommer hjem og sætter nøglen i døren.



Dråbeinkontinens ved hård fysisk sport uden gene ved normal aktivitet.

## Væskevandladningsskema

Bruges til at vurdere om vandladningen er normal, om der kan være gavn af adfærsændringer, samt diagnosen.

## Quickguide til lægen om væskevandladningsskema

### Stor urinproduktion

Over 2 liter kan tyde på, at patienten har et højt væskeindtag (drikkevarer, suppe, frugt/grønt).

### Inkontinens ved aktivitet

Skyldes typisk anstrengelses(stress)-inkontinens, særligt efter traume fx fødsel og ellers progredierende over mange år. 80-90 % kan påvises ved stresstest (patient med fyldt blære ligger i gynækologisk leje og hoster ind i albuen. Der observeres for lækage fra blæren).

### Øget vandladningsfrekvens

Mange (over 8) små og ingen store (over 300 ml) vandladninger tyder på OAB. Det kan også være en vane "at tisse af".

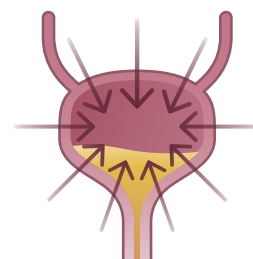
### Natlige vandladninger (nykturi)

Større mængder kan skyldes stort væskeindtag om aftenen eller ødemer i ben, som afvandes når patienten ligger ned. Flere små natlige vandladninger kan tyde på OAB.

## Hvad er overaktiv blære?

Ved overaktiv blære sendes der signal til hjernen om, at blæren er "fyldt", selvom den ikke er. Blæren trækker sig sammen, så den tømmes.

**Det er ikke farligt**, men kan være meget generende. For nogle kan medicin afhjælpe generne ved at få blæremusklerne til at slappe af.



## Ved overaktiv blære og behov for yderligere behandling

Tal med patienten om behandlingsmål, effekt og bivirkninger (se anden side).

## Behandlingsmål

Der sættes et behandlingsmål, som er en væsentlig forbedring af livskvaliteten. Hvis målet ikke er opnået stoppes behandlingen.

### Eksempler på behandlingsmål

- Jeg skal kunne tage offentlig transport
- Jeg skal kunne sove ude

## Forventet effekt af medicinen

Når man udvikler ny medicin, undersøger man effekten af medicinen gennem lodtrækningsforsøg. Her får halvdelen af deltagerne medicin og halvdelen får tabletter uden medicin (placebo).

### Ud af 100 personer med overaktiv blære oplevede...



**41** ikke at få det bedre

**42** at få det bedre af sig selv (placebo)

**17** at få det bedre pga. medicinen

Fordi mange **ikke får det bedre** evalueres effekten efter en måned ud fra behandlingsmål og **symptomer**.



Fordi mange **får det bedre af sig selv** evalueres effekten årligt ud fra behandlingsmål og **symptomer** efter 3 ugers pausering af medicinen.



Ref.: Stoniute A. et. Al. Oral anticholinergic drugs vs placebo or no treatment for managing overactive bladder syndrome in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews 2023, Issue 5.

## Måling af symptomer

Mål og notér nedenstående symptomer i **3 dage**. Sammenhold med symptomer hhv. inden opstart (fx ud fra væskevandladningskema) og inden de 3 ugers pausering.



**Natlige vandladninger**

**Daglige vandladninger**



**Stærk vandladningstrang**

**Utæt for urin**



## Medicinvalg til symptomlindring af overaktiv blære

Muskarin-receptor-antagonister og  $\beta_3$ -receptor-agonister ligestilles i effekt.

### 1. valg Muskarin-receptor-antagonist

**Solifenacin**  
(fx Vesicare)

~0,50 kr. pr. tablet\*

- Generelt (automatisk) tilskud



Mundtørhed



Svimmelhed



Forstoppelse

### 2. valg $\beta_3$ -receptor-agonist

**Mirabegron (Betmiga)**  
**Vibegron (Obgemsa)**

~10 kr. pr. tablet\*

- ⊗ Klausuleret tilskud til patienter med overaktiv blæresyndrom, hvor behandling med muskarinreceptorantagonist med generelt tilskud uden klausulering ikke er mulig.



Hovedpine



Hurtig hjerterytme



Gastro-intestinale gener

\* Prisen for billigste pakning 5 mg solifenacin (0,64 kr./tbl), 50 mg mirabegron (10,90 kr./tbl), 75 mg vibegron (9,73 kr./tbl) takst 30.03.2026