

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 adfærdssændringer, 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".

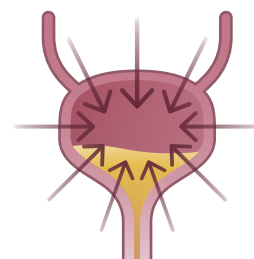
Natlige vandladninger (nykturi)

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 væskevandladningsskema) 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 β_3 -receptor-agonister ligestilles i effekt.

1. valg Muskarin-receptor-antagonist

Solifenacin
(fx Vesicare)

0,66 kr. pr. tablet*

● Generelt (automatisk) tilskud



Mundtørhed



Svimmelhed



Forstoppelse

2. valg β_3 -receptor-agonist

Mirabegron (Betmiga)
Vibegron (Obgemsa)

9,56 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, 50 mg mirabegron takst 17.02.2025