



NEDERLANDSE VERSIE

Urine-incontinentie/ urineverlies



Het is toch normaal om urineverlies te hebben nadat je een baby hebt gekregen? Ik heb kinderen gekregen en nu verlies ik een beetje urine, maar dat hoort gewoon bij het moederschap, nietwaar?

FEIT:

1 op de 3 vrouwen die ooit een baby hebben gekregen, krijgt te maken met incontinentie of urineverlies (Data van: Commonwealth of Australia, Department of Health). Hier kan vaak iets aan gedaan worden en in veel gevallen, worden genezen.

Ik heb de advertenties gezien; is het dragen van een maandverband/incontinentieverband de beste optie voor incontinentie?

FEIT:

Met het juiste beoordelings- en behandelpun kan incontinentie worden genezen of aanzienlijk worden verminderd. Wanneer continentie niet volledig kan worden bereikt of de vrouw ervoor kiest om af te zien van medische of chirurgische behandeling, dan is het gebruik van incontinentieverband een optie.

[Lees meer over continentie-verband en perineale zorg \(in het Engels\).](#)



Ik heb wat bekkenbodemoefeningen geprobeerd, maar lek nog steeds; ik zal het er maar mee moeten doen, toch?

FEIT:

Intensieve en regelmatige bekkenbodemoefeningen kunnen leiden tot een grote verbetering van of herstel van incontinentie. Het is belangrijk om deze oefeningen op de juiste manier uit te voeren en van tijd tot tijd te controleren of je ze nog goed doet om er maximaal profijt van te hebben. [Lees meer over bekkenbodemoefeningen](#) (zie rechts, download leaflets – Dutch).



Ben ik de enige vrouw die urine lekt? Ik schaam me te veel om het aan mijn vrienden te vragen.

FEIT:

Je bent niet alleen. 1 op de 3 vrouwen ervaart incontinentie en er zijn veel dingen die gedaan kunnen worden om te helpen.



More Than
400
million

People suffer from UI worldwide



Alleen oude vrouwen lekken urine, toch?

FEIT:

Incontinentie treft niet alleen oudere vrouwen. Tot één derde van de vrouwen onder de 65 jaar heeft incontinentie gehad. [Klik hier om het verhaal van Toni te horen en hoe behandeling haar leven heeft veranderd \(in het Engels\).](#)

Ik ben 75. Ik ben te oud om behandeld te worden voor incontinentie.

FEIT:

U bent nooit te oud om uw incontinentie te laten behandelen. Er is een breed scala aan behandelingen beschikbaar voor incontinentie, waarvan vele eenvoudig en niet-invasief zijn. [Lees meer over niet-chirurgische benaderingen voor het omgaan met blaasproblemen \(in het Engels\).](#)

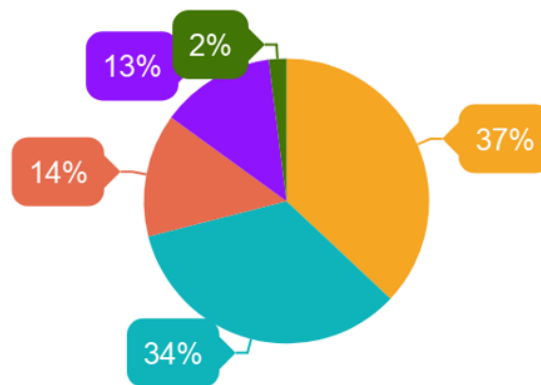




Ik krijg een vreselijke drang om te plassen en kan het dan niet ophouden. Wat is dit?

FEIT:

Deze aandrang om te plassen maakt deel uit van een aandoening die bekend staat als het overactieve blaas syndroom (OAB). Er zijn veel effectieve behandelingen voor het OAB-syndroom. [Meer informatie over het overactieve blaassyndroom.](#) (zie rechts, download leaflets – Dutch).



Emotional (37%) Social (34%)
Family (14%) Work (13%)
No Answer (2%)

Mensen die last hebben van urine-incontinentie benoemen veranderingen op deze gebieden:

FEIT:

Leven met urine-incontinentie kan uw leven op veel manieren beïnvloeden. Mensen die last hebben van lekkage hebben vaak last van een verminderd gevoel van eigenwaarde en minder kunnen genieten van fysieke activiteiten, bij ouderen is het een veelvoorkomende oorzaak van verlies van hun onafhankelijkheid. [Klik hier om van vrouwen zoals jij te horen en hoe behandeling hun leven heeft veranderd \(in het Engels\).](#)

Deze informatie is uitsluitend bedoeld voor educatieve doeleinden. Het is niet bedoeld om te worden gebruikt voor de diagnose of behandeling van een medische aandoening, die alleen mag worden gedaan door een gekwalificeerde arts of andere beroepsbeoefenaar in de gezondheidszorg.