

Rối loạn chức năng đường tiểu có liên quan gì với bệnh Parkinson ?

Khoảng 2/3 bệnh nhân bị bệnh Parkinson cho biết có bị rối loạn tiểu tiện. Bàng quang (bọng đái) là một thành phần chủ chốt của đường tiểu, nó chịu trách nhiệm điều hòa 2 chức năng của đường tiểu, đó là lưu trữ nước tiểu, và co bóp giải phóng nước tiểu khi cần. Khi có rối loạn tiểu tiện, thì những chức năng này của bàng quang bị suy giảm. Khi nước tiểu còn đang được tích trong bàng quang, thì bàng quang lại gửi tín hiệu sai lầm tới não, báo là bàng quang đã bị đầy nước tiểu, dù là thực ra vẫn chưa đầy. Như thế bàng quang trở nên quá nhạy cảm, bệnh nhân cảm thấy phải đi tiểu thường xuyên hơn.

Đồng thời khả năng kìm tiểu cũng bị suy giảm. Bàng quang trở nên khó kìm hơn khi bị mắc tiểu. Triệu chứng này trở nên gây phiền toái khi bạn đang ở nơi công cộng.

Một vấn đề nữa là giảm khả năng làm cạn bàng quang. Do ứ đọng nước tiểu nên phải đi tiểu thường xuyên hơn. Nếu như bàng quang không được thường xuyên làm cạn theo chu kỳ đi tiểu, thì sẽ tăng khả năng bị nhiễm trùng đường tiểu. Rối loạn tiểu trước tiên sẽ xuất hiện vào ban đêm, được gọi là chứng tiểu đêm (nocturia). Khi đó, nó sẽ ảnh

hưởng tới giấc ngủ của bạn. Nếu giấc ngủ đêm không được đầy đủ, thì sẽ bị chứng buồn ngủ quá mức ban ngày. Ngoài ra, nếu một người bệnh Parkinson phải đi tiểu đêm trong nhà vệ sinh nhiều lần, thì nguy cơ bị té ngã cũng tăng lên.

Những biểu hiện thường gặp của rối loạn tiểu tiện là gì ?

Một trong những biểu hiện đó là đi tiểu thường xuyên hơn, Sau khi vừa đi tiểu xong vẫn đi tiểu nhỏ giọt được, và không thể kìm tiểu được. Một triệu chứng khác nữa là chứng tiểu gấp: phải vội đi tiểu ngay, dù vừa mới tiểu xong, và mỗi khi đi tiểu thì chỉ được một lượng ít nước tiểu. Rò rỉ nước tiểu cũng là một trong những biểu hiện của rối loạn tiểu tiện.

Bạn nên làm gì khi bạn thấy mình bị triệu chứng rối loạn tiểu ?

Bước đầu tiên là nên báo cho những người săn sóc sức khỏe mình được biết. Nhờ đó, có thể bạn sẽ được đưa tới bác sỹ niệu khoa, bác sỹ sẽ khám và xác định xem liệu nguyên nhân rối loạn tiểu có phải là do bệnh Parkinson hay không, hoặc tìm xem liệu còn có yếu tố gây bệnh khác không, ví dụ như nhiễm trùng tiểu. Một trong những triệu chứng nhiễm trùng tiểu là cảm giác đau buốt hoặc nóng khi đi tiểu.

Cái gì có thể là nguyên nhân gây rối loạn tiểu ?

Ngoài bệnh Parkinson tự nó có thể gây rối loạn tiểu, còn có nhiều nguyên nhân khác có thể gây suy giảm chức năng của bàng quang.

Đôi khi ở đàn ông, những rối loạn tiểu chẳng liên quan gì với bệnh Parkinson cả. Khám xét có thể cho thấy bệnh tuyến tiền liệt là nguyên nhân của rối loạn tiểu tiện. Khi đó tuyến tiền liệt bị lớn lên một cách bất thường và gây cản trở dòng chảy của nước tiểu. Bệnh nhiễm trùng đường tiểu và bệnh tiểu đường cũng có thể gây ra các triệu chứng tương tự, một số thuốc như thuốc lợi tiểu, vốn để điều trị bệnh cao huyết áp, cũng có thể gây ra các triệu chứng tương tự. Trong một số trường hợp, bệnh nhân không thể đi tiểu trong nhà vệ sinh được, do đang trong thời gian bị thời kỳ Tắt (OFF period), nhất là vào ban đêm, khi nồng độ thuốc cường dopamine trong cơ thể bị giảm thấp, gây tiểu dầm.

Làm thế nào để có thể giảm bớt các triệu chứng của rối loạn tiểu tiện ?

Một việc bạn có thể làm là giảm bớt uống những đồ uống có tính lợi tiểu. Đó là những thứ thức uống làm tăng mắc tiểu, như những thức uống có chứa

caffeine và cồn. Ngoài ra còn có trà và nước ép bưởi.

Bạn cũng nên thay đổi cách uống nước của mình. Để giảm số lần phải thức dậy ban đêm, hãy tránh uống các loại nước trong vòng vài giờ trước khi ngủ. Tương tự, nên hạn chế uống trước khi đi ra ngoài. Việc phải đi gấp vào nhà vệ sinh ở nơi gặp gỡ công cộng có thể gây rất phiền toái và làm ta bị bối rối. Tuy nhiên, bạn cần phải chắc chắn là mình đã uống đủ lượng nước cần thiết hàng ngày, vì táo bón cũng hay gặp trong bệnh Parkinson và giảm lượng nước uống vào sẽ gây ra táo bón thêm.

Nếu bạn bị chậm chạp khi đi vào nhà vệ sinh, hoặc khó khăn khi di chuyển, bạn có thể yêu cầu dùng bồn tiểu hoặc bình đựng nước tiểu. Ban đêm cần phải mặc những quần áo dễ cởi. Đối với đàn ông, có thể dùng bao cao su có ống dẫn nước tiểu. Tuy vậy, nếu bạn không thể kiểm soát được tiểu tự chủ, thì bạn có thể dùng bím hoặc quần lót bông thấm nước. Nếu dùng bím thì có thể có mùi khó chịu. Có thể dùng nước ép trái việt quất (Cranberry juice) để giảm bớt mùi khó chịu.

Có thể tập luyện làm tăng sức cơ vùng chậu để làm tăng khả năng kiểm soát việc tiểu tiện của bạn. Bạn cũng có thể làm tăng khả năng kiểm soát đường

tiểu, bằng cách tập kìm tiểu và tập đi tiểu chủ động. Việc tập cho bàng quang cũng sẽ giúp làm giảm các triệu chứng của rối loạn tiểu. Việc tập bao gồm đi tiểu theo một lịch trình cố định, dù rằng bạn chưa cảm thấy mắc tiểu. Nếu những biện pháp này vẫn chưa đủ giúp cho bạn, thì bác sỹ niệu khoa sẽ có thể bắt đầu cho bạn dùng thuốc. Người ta dùng các thuốc kháng choline (Anticholinergic), như oxybutinine và tolterodine, để điều trị chứng bàng quang hoạt hóa quá mức. Việc dùng các thuốc này phải được các bác sỹ theo dõi cẩn thận, vì ở người già các thuốc đó có thể gây lú lẫn và rối loạn chức năng nhận thức. Nếu bạn thấy mình bị tác dụng phụ của các thuốc này, bạn nên báo ngay cho bác sỹ.

Chương trình về bệnh Parkinson Quốc tế www.pdprogram.org

Thông tin ở đây không thay thế cho lời khuyên của ngành y. Bạn hãy tham khảo ý kiến của bác sỹ trước khi áp dụng theo thông tin ở đây.

Bản quyền © 2008 của Chương trình Parkinson quốc tế. Không ai được phép thay đổi bất kỳ nội dung nào trong tài liệu này.

Những câu hỏi thường gặp

PARKINSON'S DISEASE & URINARY DYSFUNCTION

BỆNH PARKINSON VÀ RỐI LOẠN ĐƯỜNG TIỂU

11
Vietnamese
Bản tiếng Việt

Bác sỹ A. Q. RANA
Bác sỹ thần kinh



Chương trình về bệnh Parkinson Quốc tế
Toronto, Canada

www.pdprogram.org

*“Những người đang tranh đấu chống lại
bệnh Parkinson, nếu hiểu biết tốt về bệnh,
thì nhất định sẽ tìm ra được giải pháp tốt”-*
BS. Rana