

# Selskabsblære

Til patienter og pårørende

En selskabsblære er en stor blære, som med tiden er blevet slap og uelastisk. Den kan derfor være svær at tømme. Man kan få en selskabsblære hvis man i årevis har undertrykt vandladningstrangen, når den har meldt sig, og man derfor sjældent er gået på toilettet.

Blæren kan også blive stor og slap hvis nerveforsyningen til blæren er ødelagt som ved f. eks. diskusprolaps, diabetes eller lignende.

## Den normale vandladning.

Normalt vil blæren være afslappet og udvide sig indtil den indeholder 250-400 ml. urin. Derefter får man vandladningstrang og lader vandet.

Under vandladningen trækker blærens muskel sig sammen, musklerne omkring urinrøret slapper af og blæren tømmes.

Hvis man som anbefalet drikker 1,5-2 liter væske i døgnet, skal man lade vandet ca. hver 3.-4. time i dagtiden, og det er ikke unormalt at lade vandet 1-2 gange om natten.

## Symptomer på selskabsblære.

I de første mange år er der sjældent problemer, da blæren sjældent giver signal om at den vil tømmes. Det kan opleves som belejligt at man kan holde sig længe. Med tiden kan selskabsblæren give fornemmelse af dårligere vandladningstrang, og trangen kan måske til sidst helt forsvinde.

Blæremusklen bliver overstrakt og det bliver mere besværligt at lade vandet. Overstrækningen kan medføre at blæren ikke længere kan tømmes.

Mangelfuld blæretømning kan resultere i smerter over blæren, utæthed og blærebetændelse.

## Behandling af selskabsblære.

Det er vigtigt at behandle en selskabsblære. Dette gøres ved at undgå at blæren bliver så udspilet igen. Man skal derfor sørge for at have regelmæssig vandladning.

- Lade vandet hver 3. 4. time i dagtiden, uanset om man føler vandladningstrang eller ej.
- Lave dobbelt vandladning. Hermed forstås at man lader vandet 2 gange med 3-5 min. mellemrum. Gøres morgen og aften og evt. oftere.

Hvis man følger disse råd vil blæren efterhånden blive mere normal, men det kan tage lang tid alt efter hvor ødelagt blæremusklen er.

I sjældne tilfælde hvor blæren er så ødelagt at den ikke kan genoptrænes til at tømme sig tilstrækkeligt, kan det være nødvendigt at tømme den med éngangskateter.