

Είναι εφικτή μία αντικειμενική  
κλινική εξέταση; Τρόποι  
αξιολόγησης στις διαταραχές της  
ούρησης.

A. Αθανασόπουλος

- Ο Αναστάσιος Αθανασόπουλος υπήρξε ή είναι Σύμβουλος, Ερευνητής ή Ομιλητής κατά τα 4 τελευταία έτη για τις φαρμακευτικές εταιρείες: Pfizer, Astellas, Lilly, UCB, Allergan, Galenica, Ranbaxy, Meditrina

# Διαγνωστικό εργαλείο <sup>1</sup>

- Ημερολόγιο ούρησης -  
Διάγραμμα συχνότητας/όγκου
- *Είναι το εργαλείο κλειδί για τη διάγνωση της  
νυκτερινής πολυουρίας και τη σύσταση για γενικότερη  
διερεύνηση του ασθενούς*

1. Age related change of **nocturia** in women. Kim SO, Kim JS, Kim HS, Hwang EC, Oh KJ, Kwon D, Park K, Ryu SB. Int Neurourol J. 2010 Dec;14(4):245-9.

# Διάγραμμα ούρησης

ΟΝΟΜΑ : \_\_\_\_\_

ΗΛΙΚΙΑ : \_\_\_\_\_

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ : \_\_\_\_\_

		ΩΡΑ / ΟΓΚΟΣ (mls)									
		Κατά την Διάρκεια της ημέρας								Κατά την Διάρκεια της νύχτας	
7:30	8:30	9:00	11:15	14:00	15:30	18:30	21:00	23:30	24:00	2:00	4:15
260	120	100	150	160	80	140	160	100	80	180	150
7:00	8:00	9:15	12:00	14:30	16:00	19:00	21:30	23:30		1:30	4:00
250	100	110	180	150	90	180	140	140		180	180
7:00	8:15	9:00	9:30	12:30	15:15	17:30	21:00	23:00		2:15	3:30
230	80	140	50	140	120	180	140	180		180	140
7:15	8:30	9:45	12:00	14:30	15:30	18:00	20:30	10:30	23:00	2:00	4:15
260	200	140	160	140	120	160	140	160	120	160	210
7:20	8:30	9:30	11:00	12:00	15:30	17:30	20:00	21:30	24:00	2:30	4:30
240	160	180	140	120	180	140	180	100	100	190	160
8:00	9:00	12:00	15:00	18:30	21:30	23:00	1:00			3:00	
270	120	150	150	180	170	160	130			210	
8:30	10:00	13:15	16:00	19:30	22:00	24:00				2:00	4:30
280	110	180	140	180	160	180				180	160
Μέσος όρος ληφθέντων υγρών (αριθμ. ποτηριών)										10	

# Ημερολόγιο ούρησης

## ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΟΥΡΗΣΗΣ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ:.....

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:.....

ΗΜΕΡΑ	ΠΡΟΣΛΗΨΗ ΥΓΡΩΝ	ΣΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ	ΣΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΝΥΧΤΕΡΙΝΟΥ ΥΠΝΟΥ
1η			
2η			
3η			

Για κάθε ούρηση σημειώστε ένα κλάσμα που ο αριθμητής είναι η ώρα και παρανομαστής η ποσότητα των ούρων, δηλ.:

$\frac{\text{ώρα}}{\text{ποσότητα}}$



## ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ ΟΥΡΗΣΗΣ

Για κάθε ούρηση, ο ασθενής έχει συμπληρώσει ένα κλάσμα που ο αριθμητής είναι η ώρα και ο παρονομαστής η ποσότητα των ούρων του

ώρα  
ποσότητα

Με βάση τα κλάσματα αυτά στο τριήμερο ημερολόγιο ούρησης, καταγράφουμε τα παρακάτω ως διαγνωστικά εργαλεία:

- Αριθμός ουρήσεων κατά τη διάρκεια της ημέρας =
- Αριθμός ουρήσεων κατά τη διάρκεια του νυχτερινού ύπνου =
- Μέγιστο μεσοδιάστημα ουρήσεων =
- Μέγιστη λειτουργική χωρητικότητα =
- Ημερήσια πρόσληψη υγρών κατά μέσο όρο =
- Ποσότητα ούρων κατά τη διάρκεια της ημέρας =
- Ποσότητα ούρων κατά τη διάρκεια του νυχτερινού ύπνου =
- Συνολική ποσότητα αποβληθέντων ούρων =

Πολιουρία έχουμε εάν η συνολική ποσότητα των αποβληθέντων ούρων είναι  $>3L$

Νυχτερινή πολιουρία έχουμε εάν η ποσότητα των ούρων κατά τη διάρκεια του νυχτερινού ύπνου είναι:

$\geq 1/3$  της συνολικής για τους άνω των 65 ετών

$\geq 1/5$  της συνολικής για τους κάτω των 65 ετών

ΕΞΕΤΑΣΗ  
ΠΡΟΣΤΑΤΗ



ΠΟΙΟΣ ΕΧΕΙ  
ΣΕΙΡΑ;

Όλοι οι Τρελοί εδώ  
DN



# Δακτυλική

- Μέγεθος: Μικρός, Μέτριος, Μεγάλος
- Υφή: Μαλακός, Υπόσιληρος, Σιληρός (ειδικά)
- Ανώδυνος, επώδυνος
- Ομοιογενής, ανομοιογενής



# Ερωτήσεις Ούρησης

- Ν χ 1,2,3,.....
- Σ χ 1,2,3,.....
- Ε χ χ, χχ, χχχ
- Κ χ χ, χχ, χχχ
- Δ χ χ, χχ, χχχ
- Α χ 0, χ, χχ
- ΑΠ χ χ, χχ, χχχ

# Ερωτήσεις Ούρησης

## ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΟΥΡΗΣΗΣ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: <input type="text"/>	ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ: <input type="text"/>
Συχνουρία (>8 φορές / 24ώρο) Αριθμός Ουρήσεων: <input type="text"/>	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Υπερβαίνει τις 2 ώρες το μεσοδιάστημα των ουρήσεων;	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Νυκτουρία (Αφύπνιση τη νύχτα για ούρηση) Αριθμός Ουρήσεων: <input type="text"/>	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Μεγάλη ποσότητα;	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Επιτακτικότητα (Έντονη και αιφνίδια επιθυμία για ούρηση)	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Καυσουρία	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Δυσκολία στην ούρηση: Ξεκινά εύκολα η ούρηση;	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Ακτίνα ούρησης;	ΜΕΓΑΛΗ <input type="checkbox"/> ΜΙΚΡΗ <input type="checkbox"/>
Διακοπτόμενη ούρηση	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Αίσθημα ατελούς κένωσης	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Διχασμός στην ακτίνα των ούρων	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Ανάγκη κατά την ούρηση για αύξηση ενδοκοιλιακών πιέσεων	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Διαφυγή ούρων κατά την αύξηση των ενδοκοιλιακών πιέσεων	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Σταγόνες ούρων μετά την ούρηση	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>
Αιματουρία	ΝΑΙ <input type="checkbox"/> ΟΧΙ <input type="checkbox"/>

Οι απαντήσεις του ασθενή αναφέρονται στα συμπτώματα που τυχόν έχει τον τελευταίο μήνα

Το παρόν έγγραφο είναι από τον υλοποιημένο στο Μουσείο Ουρολογικής Ουρολογίας του Πανεπιστημίου

# IPSS <sub>1</sub>

- 1-7 Ήπια συμπτώματα
- 8-19 Μέτρια συμπτώματα
- 20-35 Σοβαρά συμπτώματα

**1. International Prostate Symptom Score--IPSS-AUA** as discriminat scale in 400 male patients with lower urinary tract symptoms (LUTS). Rodrigues P, Meller A, Campagnari JC, Alcântara D, D'Império M. Int Braz J Urol. 2004 Mar-Apr;30(2):135-41

# OAB q

## OAB V8'

### Υπερλειτουργική Ουροδόχος Κύστη – Εργαλείο εκτίμησης

Οι παρακάτω ερωτήσεις ερευνούν κατά πόσο μπορεί να ενοχλείστε από ορισμένα συμπτώματα της ουροδόχου κύστης. Ορισμένα άτομα ενοχλούνται από συμπτώματα της ουροδόχου κύστης και μπορεί να μην συνειδητοποιούν ότι υπάρχουν διαθέσιμες θεραπείες για τα συμπτώματά τους. Παρακαλώ βάλτε σε κύκλο τον αριθμό εκείνο που περιγράφει με τον καλύτερο τρόπο πόσο έχετε ενοχληθεί από κάθε σύμπτωμα. Προσθέστε τους αριθμούς για τη συνολική βαθμολογία και καταγράψτε την στο αντίστοιχο τετραγωνάκι.

Πόσο έχετε ενοχληθεί από...	Καθόλου	Ελαφρώς	Λίγο	Αρκετά	Πολύ	Πάρα πολύ
1. Συχνή ούρηση κατά την ημέρα;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
2. Δυσάρεστη τάση για ούρηση;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
3. Ξαφνική τάση για ούρηση με μικρή ή καμία προειδοποίηση;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
4. Απροσδόκητη απώλεια μικρής ποσότητας ούρων;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
5. Νυκτερινή ούρηση;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
6. Αφύπνιση τη νύχτα επειδή έπρεπε να ουρήσετε;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
7. Ανεξέλεγκτη τάση για ούρηση;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5
8. Απώλεια ούρων που σχετίστηκε με έντονη επιθυμία για ούρηση;	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5

Είστε άντρας;

Εάν είστε άντρας, προσθέστε **2 βαθμούς** στη βαθμολογία σας

Σύνολο βαθμολογίας

Παρακαλώ αθροίστε τις απαντήσεις σας στις παραπάνω ερωτήσεις και παραδώστε τη σελίδα αυτή στο γιατρό σας όταν τον δείτε κατά την επίσκεψή σας.

Εάν η βαθμολογία σας είναι 8 ή μεγαλύτερη, μπορεί να έχετε υπερλειτουργική ουροδόχο κύστη. Υπάρχουν αποτελεσματικές θεραπείες για την κατάσταση αυτή. Μπορεί να θελήσετε να μιλήσετε με κάποιον επαγγελματία του τομέα υγειονομικής περίθαλψης σχετικά με τα συμπτώματά σας.

# UDI-6

## UROGENITAL DISTRESS INVENTORY – Short Form (UDI-6)

- Παρατηρείτε , και αν ναι πόσο πολύ σας ενοχλεί:

Συχνουρία; (I)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

- Απώλεια ούρων σχετιζόμενη με αίσθηση επιτακτικότητας; ( I)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

- Απώλεια ούρων σχετιζόμενη με φυσική δραστηριότητα , βήχα ή φτάρνισμα; (S)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

- Μικρή ποσότητα απώλειας ούρων;( S)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

- Δυσκολία στην κένωση της ουροδόχου κύστης; (OD)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

- Πόνος ή δυσφορία στο υπογάστριο και τη γεννητική χώρα;(OD)

Καθόλου                      Λίγο                      Μέτρια                      Πολύ

Καθόλου (0)                      Λίγο (1)                      Μέτρια (2)                      Πολύ (3)

(I)= Irritative symptoms;

(S)= stress symptoms;

(OD)= Obstructive/discomfort symptoms.

# UDI-6 <sup>1</sup>

- Μπορεί να διακρίνει το είδος των ΣΚΟ και να προβλέψει ικανοποιητικά το ουροδυναμικό εύρημα.

1. Uebersax JS, Wyman JF, Shumaker SA, McClish DK, Fantl AJ. Short forms to assess life quality and symptoms distress for urinary incontinence in women: The incontinence impact questionnaire and the urogenital distress inventory . Neur Urodyn;1995 14: 131-139

# SAGA<sup>1</sup>

- Self Assessment Goal Achievement
- Προσδοκίες ασθενών
- Αποτελεσματικότητα θεραπείας
- Διευκολύνει τη διαδραστική επικοινωνία ασθενή και γιατρού
- Αποτελεσματικότητα θεραπείας από την μεριά του ασθενούς

1. Clinical value of a patient-reported goal-attainment measure: The global development of Self-Assessment Goal Achievement (SAGA) questionnaire for patients with lower urinary tract symptoms. **Khullar V**, Espuna-Pons M, Marschall-Kehrel D, Fianu-Jonasson A, Kelleher CJ, Brubaker L, Beach J, Piault E, Trocio J. *Neurourol Urodyn*. 2013 Feb 19. doi: 10.1002/nau.22377.

# Συμπεράσματα

- Υπάρχουν εργαλεία τα οποία βοηθούν στην αντιειμενοποίηση των ευρημάτων της κλινικής εξέτασης
- Βελτιώνεται η δυνατότητα σωστής παρακολούθησης των ασθενών
- Βελτιώνεται η επικοινωνία των ιατρών



# Συμπεράσματα

- Πρέπει να επιλεγούν τα πλέον αποδεικτά και απλά για την καθημερινή άσκηση της ιατρικής
- Πρέπει να συνηθίσουμε να τα χρησιμοποιούμε περισσότερο



*ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ*