

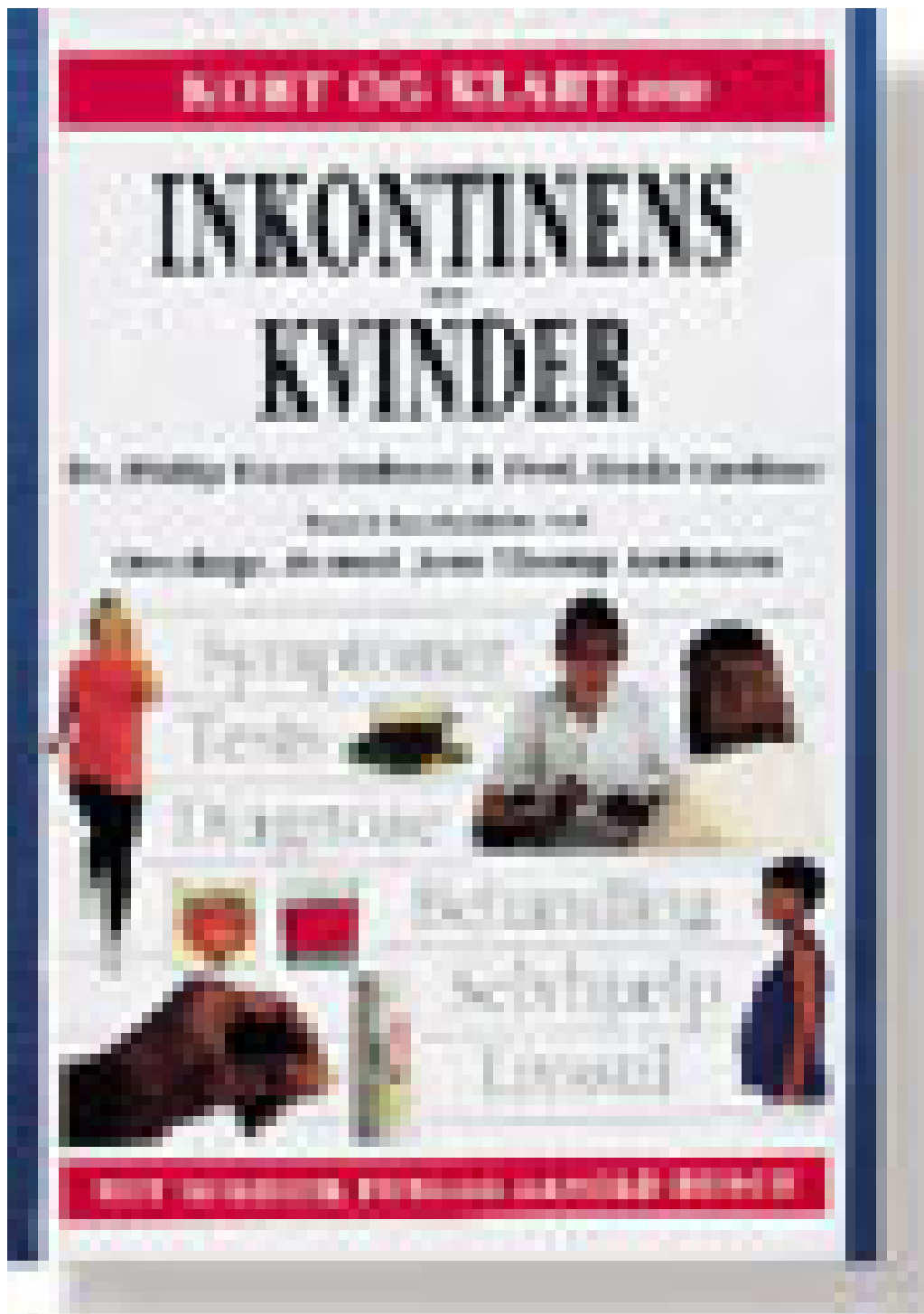
---

# Oversiktlig om urininkontinens hos kvinner

---

BOKOVERSIKT

---



Denne boken er beregnet på kvinner med urininkontinens og andre plager fra urinveiene. Forfatterne beskriver hva urininkontinens er, gir en oversikt over utbredelse og forklarer de ulike formene av urininkontinens. Det gis oversikt over hvordan blæren fungerer, hvorfor kvinner er mer utsatt enn menn og hvilke undersøkelser som gjøres for å stille diagnose. Stress og urgeinkontinens forklares i detalj med mulige årsaker og hvilke behandlingstilbud som kan gis for disse to mest forekommende formene for urininkontinens hos kvinner. I tillegg beskrives tømningsproblemer, urinveisinfeksjoner og andre problemer i forbindelse med inkontinens slik som menstruasjon og fibromer, fremfall, diabetes, problemer med tarmsystemet, ryggproblemer, fistler og hjelpemidler.

Denne boken tar opp tilstander som fortsatt er tabubelagt og som rammer svært mange kvinner. Undersøkelser har vist at så mange som 50 % ikke søker hjelp for problemet. Urininkontinens fører til nedsatt livskvalitet og særlig til frafall fra regelmessig fysisk aktivitet, noe som på sikt kan gi en stor helserisiko.

Boken er lett å lese, og gir gode beskrivelser av de ulike tilstandene som kan ramme kvinners nedre urinveier. Den er rikt illustrert med svært gode tegninger og bilder, og det er imponerende hvor mye stoff forfatterne har fått med på bare 88 sider. Det gis god oversikt over behandlingstilbud med særlig vekt på ulike fysioterapimetoder og kirurgi. Forfatterne skal berømmes for å gi en nøktern fremstilling av effekten av kirurgi, hvor mulige bivirkninger kommer tydelig frem. Boken er tenkt som et supplement og ikke en erstatning for en første samtale og undersøkelse av lege.

Hovedbudskapet er klart: Urininkontinens er ikke en tilstand kvinner skal godta eller leve med. Helbredelse eller stor bedring er mulig for de aller fleste. Boken kan absolutt anbefales, men den er skrevet på dansk med henvendelser til for eksempel danske organisasjoner og passer derfor ikke alltid for norske forhold. Skal den få anvendelse i Norge, bør den oversettes til norsk og gis referanser til norsk helsevesen. Etter min mening kan den med fordel også anvendes som en lettfattelig første innføring i problemområdet for allmennleger, sykepleiere og fysioterapeuter. Referanser til kun 25 % helbredelse av bekkenbunnstrening for stressinkontinens stemmer imidlertid ikke. Helbredelsesprosenten for denne behandlingsformen, som for øvrig er helt uten bivirkninger, varierer mellom 48 – 69 % målt med bleieveiningstester i randomiserte kontrollerte studier.

---

KariBø

Norges idrettshøgskole

---

Publisert: 10. juni 2002. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.