

גבאי אלי

## הקדמה

אי נקיטת שתן לאחר כריתת ערמונית נרחבת לסרטן הינה תופעה שכיחה. בעבודה זו נבחן השימוש בהתקן רקטאלי חדשני לחיזוק שרירי ריצפת האגן והסוגר בחולים הסובלים מבעיה זו.

## חולים ושיטות

לאחר קבלת אישור מועדת הליסינקי גויסו למחקר 28 חולים בהם נצפתה אי נקיטת שתן (שימוש בפד אחד או יותר) 6 שבועות על פי פרוטוקול קבוע ובמקביל Kegel לאחר הניתוח. כל החולים עברו תדרוך לחיזוק שרירי ריצפת האגן באמצעות תרגילי איור 1). בקבוצת ה"התקן" (n=14) וקבוצת ביקורת (n=12) חולקו באופן אקראי ל 2 קבוצות: שימוש בהתקן רקטאלי נתבקשו החולים לכווץ את שרירי ריצפת האגן לאחר החדרתו תוך הקפדה שלא יחליק החוצה: 5 כיווצים הנמשכים כ 20 שניות כל אחד, מנוחה לדקה, וחוזר חלילה בארבעה מחזורים, פעמיים ביום (בוקר וערב). מידת אי נקיטת השתן ביום ובלילה הוערכה ב 6 שבועות, 3 חודשים ו 6 חודשים לאחר גיוסם למחקר והשוותה בין הקבוצות.

## תוצאות

וחציון משך המעקב היה 26 שבועות. צריכת הפדים הממוצעת ביממה ( $\pm$ ), (IQR 60, 66) חציון גיל החולים היה 62 שנים לא נמצא מתאם בין גיל ( $p < 0.49$ ) סטיית תקן) בכניסת החולים למחקר הייתה  $4.9 \pm 2.8$  פדים, ללא הבדל בין הקבוצות החולה לכמות צריכת הפדים בעת הגיוס למחקר ולא נמצא הבדל בין הקבוצות בשיעורי דליפת השתן בשעות הלילה (42% צריכת הפדים הממוצעת לאחר 6 שבועות תרגול הייתה נמוכה ( $p < 0.27$ ), בקבוצת "ההתקן" לעומת 62% בקבוצת הביקורת בנקודת זמן זאת, 9 חולים (75%);  $p < 0.0015$ ), יותר בקבוצת ההתקן ( $0.5 \pm 0.3$ ) לעומת קבוצת הביקורת ( $2.1 \pm 0.3$ ) בקבוצת ההתקן דיווחו על שליטה מלאה במתן השתן לעומת 3 חולים (18%) בקבוצת הביקורת, ולא נמצא הבדל מהותי בין הקבוצות בשיעורי הדליפה בשעות הלילה. לאחר 3 חודשים של תרגול כלל החולים בקבוצת ההתקן דיווחו על שליטה מלאה במתן השתן. מאידך, 10 חולים (84%) בקבוצת הביקורת עדיין נזקקו ל 1-2 פדים ביממה. מרבית החולים דיווחו על רתיעה משימוש בהתקן בפעם הראשונה, אך לא היה חולה שסרב. לא נצפו סיבוכים כלשהם הקשורים להתקן במהלך המחקר.

## מסקנות

שימוש בהתקן רקטאלי במסגרת פיזיותרפיה לחיזוק ריצפת האגן עשוי לזרז באופן משמעותי את החלמת מנגנון השליטה במתן השתן בחולים לאחר כריתת ערמונית נרחבת. השימוש בהתקן אינו כרוך בכאב או באי נוחות, ומסייע לחולים להבין ולתרגל את כיווץ שרירי ריצפת האגן.