

# FULL INFORMATIU

## BUFETA HIPERACTIVA (VHA)



### Com funciona la bufeta?

La bufeta és com un globus que s'omple d'orina.

Quan la bufeta es va omplint, les parets s'estiren per fer espai. L'orina es manté dins de la bufeta gràcies a un mecanisme de vàlvula anomenat esfínter uretral. Aquest esfínter es manté tancat fins que decideixis anar al bany. Els músculs del sòl pelvià ajuden a mantenir l'orina dins de la bufeta, especialment quan tus o esternudes. Quan la bufeta està plena i arriba el moment de buidar-la, el cervell envia un senyal al múscul de la bufeta perquè es contraïgui i deixi sortir l'orina. La bufeta normalment necessita ser buidada entre 4 i 7 vegades al dia i una vegada a la nit.



Bufeta normal, mig plena i relaxada

### Què és la bufeta hiperactiva (VHA)?

La bufeta hiperactiva és el nom que rep la bufeta quan es contrau per buidar-se abans de que estigui plena. Hi ha diferents tipus segons les següents característiques:

- **Urgència:** necessitat urgent i intensa d'orinar que no pots controlar, fins i tot si la bufeta no està gaire plena. Pot causar pèrdua d'orina si no arribes a temps al bany (incontinència d'urgència).
- **Freqüència:** necessitat d'anar al bany més de 8 vegades al dia.
- **Nictúria:** necessitat d'aixecar-se per orinar 2 o més vegades durant la nit.

La bufeta hiperactiva pot afectar a persones de qualsevol edat i pot interferir amb la vida quotidiana.



Bufeta hiperactiva, mig plena, però contraient-se causa la pèrdua d'orina

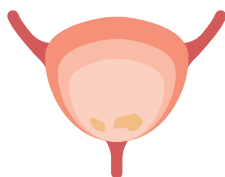
### Quina és la causa de la bufeta hiperactiva?

Està associada a senyals nervioses defectuoses entre la bufeta i el cervell. Les causes poden ser:

- **Músculs** sensibles que causen contraccions inesperades de la bufeta.
- **Infeccions** de les vies urinàries o de teixits propers.
- **Càlculs** a la bufeta, inflamació o tumors.
- **Diabetis.**
- **Debilitat dels músculs** o nervis per **problemes neurològics** com lesió de medul·la espinal, accident cerebrovascular, esclerosi múltiple, o Parkinson.
- **Cirurgia** a l'úter o la uretra.
- **Consum** excessiu de cafeïna, alcohol o aliments picants.
- Alguns **medicaments**, especialment diürètics.
- **Restrenyiment, fumar, o sobrepès.**



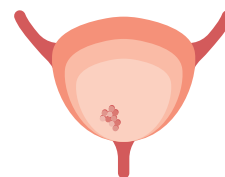
infeccions



càlculs



tumors



pòlips

En molts casos, la causa exacta no es troba, però hi ha tractaments disponibles.



# FULL INFORMATIU

## BUFETA HIPERACTIVA (VHA)



### Quins estudis o proves es fan per diagnosticar la bufeta hiperactiva?

- **Anamnesi dirigida:** Li preguntaran sobre els seus hàbits de micció, la quantitat de líquids que consumeix i la seva salut general.
- **Exploració ginecològica:** Per descartar causes ginecològiques del problema.
- **Diari miccional:** Anoti quants líquids consumeix i quanta orina elimina cada vegada que va al bany.
- **Proves complementàries:**
  - Examen d'orina:** Per descartar infeccions o sang.
  - Ecografia:** Per veure quanta orina queda a la bufeta després de buidar-se (orina residual).
  - Urodinàmica:** Prova que analitza l'activitat del múscul de la bufeta mentre s'omple. Pot mostrar si el múscul es contrau incorrectament o si la bufeta es buida adequadament.



### Quins tractaments hi ha?

**Canvis a l'estil de vida:** Evita begudes amb cafeïna, alcohol i aliments picants. Beu aigua, infusions sense cafeïna i begudes descafeïnades. Ingesta de 1-1,5 litres de líquids al dia.



**Reeducació o entrenament vesical:** Aprèn a espaiar les visites al bany per ajudar la bufeta a emmagatzemar més orina. Practica aguantar més temps abans d'anar al bany, fins i tot quan sents una necessitat urgent.

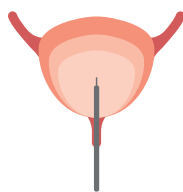


**Medicaments:** Hi ha medicaments que poden ajudar a controlar la urgència i la pèrdua d'orina. Aquests medicaments poden causar boca seca o restrenyiment. Pot ser necessari provar diferents medicaments per trobar el que millor funcioni. Amb el temps, algunes persones poden deixar de necessitar medicaments.

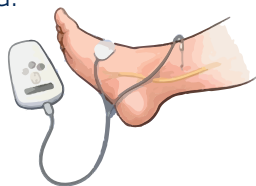


### Quines opcions té si no funcionen?

**Toxina Botulínica:** S'injecta a la bufeta per relaxar el múscul i millorar els símptomes. L'efecte dura fins a 9 mesos, i pot ser necessari repetir el tractament.



**Estimulació del Nervi Tibial:** Estimula els nervis que controlen la micció mitjançant un petit dispositiu col·locat al turmell. Això estimula indirectament i entrena els nervis que controlen la bufeta.



**Estimulació del Nervi Sacre:** Implanta un dispositiu que estimula directament els nervis de la bufeta. Aquest tractament es fa en casos greus i només després d'intentar altres opcions.

