

# LINES

SPECIALIST

Prodotti assorbenti per incontinenza



## Incontinenza urinaria maschile, quale terapia seguire quando si presenta

L'**incontinenza urinaria maschile** si presenta soprattutto in uomini in età ormai adulta e può essere causata da patologie a carico del sistema neurologico o urinario oppure semplicemente dall'avanzare dell'età. I tre **tipi di incontinenza urinaria maschile** (da sforzo, da urgenza e mista) possono essere contrastati con terapie come la **riabilitazione perineale**, nei casi più lievi, o con una farmacoterapia o un approccio chirurgico quando risulta necessario.

Anche gli **uomini possono soffrire di incontinenza** e la forma più frequente di **incontinenza urinaria maschile** è quella da urgenza, cioè la perdita di urina associata a desiderio impellente di urinare causata da **contrazioni vescicali involontarie** dovute a una causa motoria o scatenata da un incremento della stimolazione nervosa che scatena il desiderio di urinare. Segue, poi, l'incontinenza mista e in ultimo quella da sforzo, che insorge in tutte le situazioni in cui la pressione addominale aumenta.

### Terapie per l'incontinenza maschile

#### Riabilitazione perineale

Come [Lines Specialist](#) sa bene, le **terapie per alleviare l'incontinenza maschile** possono essere varie e devono essere scelte accuratamente in base al quadro clinico del paziente per raggiungere il miglior risultato possibile. Quando si tratta di perdite lievi si può ricorrere alla **riabilitazione perineale**, una ginnastica specifica volta a rafforzare i muscoli e i tessuti del pavimento pelvico.

Il **pavimento pelvico maschile** si estende dall'osso del pube fino al coccige ed è l'insieme dei muscoli che sostengono la vescica e il retto. Questi muscoli hanno un importante ruolo nel **controllo della vescica**

, del retto e nella sessualità maschile ed è quindi fondamentale tenerli allenati. Tuttavia può capitare che il pavimento pelvico si indebolisca in seguito a **interventi chirurgici alla prostata**. La sedentarietà, stitichezza, lavori pesanti, obesità e tosse cronica, sebbene non siano da soli in grado di essere la causa di incontinenza da stress possono peggiorare i sintomi.

Gli **esercizi per rinforzare il pavimento pelvico** possono essere svolti in autonomia ma è sempre meglio rivolgersi ad una clinica specializzata per avere un consulto medico che stabilisca l'entità e le modalità dell'attività da svolgere. La parte più difficile, infatti, è quella iniziale, quando è importante riconoscere quali sono i muscoli giusti da contrarre che si trovano intorno all'anello muscolare dell'orifizio dell'ano e dell'uretra. Inoltre, grazie agli [esercizi Kegel per l'uomo](#) è possibile imparare a conoscere e usare al meglio i muscoli pelvici per poter avere un maggiore controllo sul proprio corpo con una migliore padronanza delle sue funzioni.

## **Terapia farmacologica per l'incontinenza maschile**

Di solito, nei casi di **incontinenza maschile**, la farmacoterapia è in grado di trattare **un'anormale attività vescicale maschile**. Ad esempio, nei casi di incontinenza urinaria da sforzo, gli specialisti in genere prescrivono la **duloxetina**, un farmaco abbastanza ben tollerato dai pazienti anche se non è sempre utile nelle incontinenze urinarie non legate ad una terapia chirurgica. Nelle incontinenze da urgenza il trattamento prevede l'uso di farmaci che riducono la contrattilità vescicale. Tali trattamenti farmacologici sono attivi ma non sono in grado di eliminare le cause che scatenano [l'incontinenza urinaria](#).

In alcuni casi si ricorre anche alle **iniezioni periuretali**, un approccio mini-invasivo per trattare l'incontinenza da sforzo lieve e moderata che prevede un trattamento semplice e quasi ambulatoriale. Queste iniezioni consistono nell'iniettare del materiale biologico e sintetico attorno all'uretra che, comprimendola, prova a ripristinare il corretto meccanismo della continenza.