


 SYKEHuset ØSTFOLD

Utbredelse, helseutfordringer og behandling av analinkontinens

Fysikongressen 14.02.2018

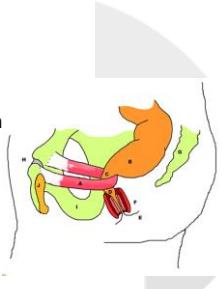
Hege Helmo Johannessen
Spesialfysioterapeut, PhD
Sykehuset Østfold HF




 SYKEHuset ØSTFOLD

Anal kontinens

- Mental funksjon
- Avføringsvolum og konsisten
- Colon transittid
- Rectal utvidelsesevne
- Anorectal sensitivitet
 - Reflekser
- Bekkenbunnsmuskulaturen
 - Puborectalis
 - Sfinkterapparatet

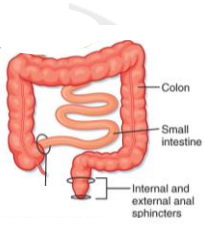


Perracini et al, 2008; Sultan & Abdulkaff, 2006; Sultan & Nugent, 2004

 SYKEHuset ØSTFOLD

Normal defekasjon

1. Avføring når rektum
2. Rektal utvidelse
3. Avslapning av sfinkter internus
4. «Sampling» av rektalt innhold ↓
5. Avslapning av lukkemusklene
6. Tømming



Sultan & Nugent, 2004

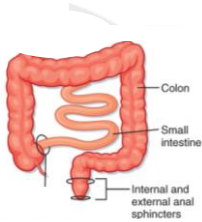
DYDEHJUSET
STIFOLD

Kontinensmekanismen

1. Avføring når rektum
2. Rektal utvidelse
3. Avslapning av sfinkter internus
4. «Sampling» av rektalt innhold

↓

5. Kontraksjon av lukkemuskler...
6. Tilbakeføring til rectum og colon



Colon
Small intestine
Internal and external anal sphincters

Sultan & Nugent, 2004 4

DYDEHJUSET
STIFOLD

Knipeevne

- Opp mot 30% kan ikke knipe ved første forsøk



(Bump et al., 1991; Be et al., 1988)

DYDEHJUSET
STIFOLD

Pasientgruppe n

6

**SYKEHJUSET
STIFOLD**

Anal inkontinens (AI)

- Subjektiv og symptombasert diagnose
- Lekkasje av
 - Formet avføring
 - Løs avføring
 - Flatus / luft
 - Urgency

Soiling
Tømmingsproblemer

Haylen et al, 2010; Abrams et al, 2005; Sultan & Nugent, 2004; Weexner & Jorge, 1994

**SYKEHJUSET
STIFOLD**

Prevalens AI ?

- Store mørketall
- 80-90% med AI har aldri blitt spurt
 - 2% vs. 25% etter screening
- Vanligste årsaker for å **ikke** søke hjelp
 - **SKAM** («ovestvinnes» med økende hyppighet og plager)
 - AI = «vanlig problem»
 - Alder, graviditet og fødsel
 - Lite kunnskap om hvem, hva, hvor
 - «Behandling virker ikke»
 - Andre helseplager er mer presserende/ viktigere

Tucker et al, 2017; Lee et al, 2010; Abalos et al, 2009; Bonello-Franco et al 2006; O'Connell et al 2006; Boreham et al, 2005; Backe & Sallin, 2005

**SYKEHJUSET
STIFOLD**

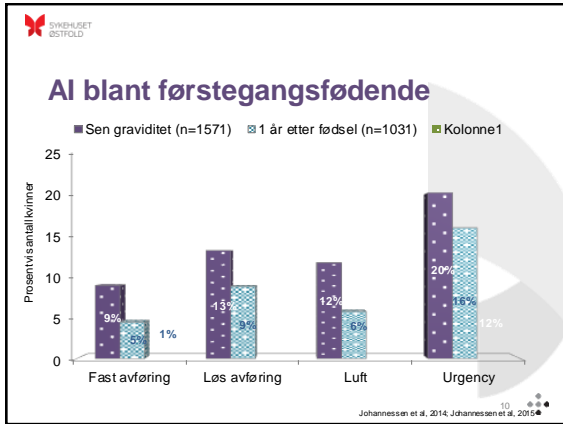
AI blant norske kvinner

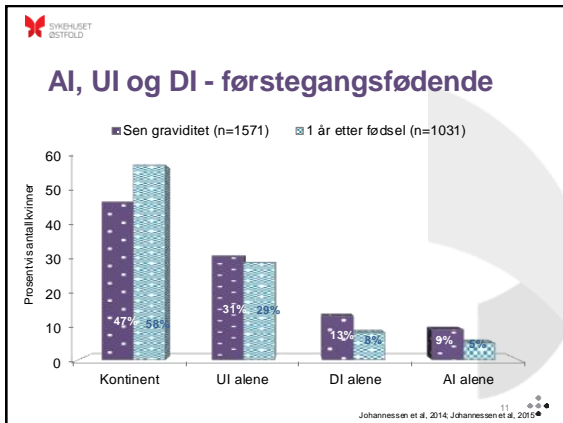
Prosentandel med AI (n=20391)

Legend: ■ AI (dark blue), □ Avføringslekkasje (white), ■ Luftlekkasje (grey)

År	AI (%)	Avføringslekkasje (%)	Luftlekkasje (%)
30-39 år	16	2	15
40-49 år	18	2	16
50-59 år	20	2	18
60-69 år	22	2	20
70-79 år	24	2	22
80 år og over	25	2	23

Ramman et al, 2012





**Helseutfordringer
-livskvalitet og kostnader**

- AI reduserer livskvalitet i sterk grad
 - Skam og forlegenhet hindrer sosiale aktiviteter
 - Få pasienter forteller at de opplever AI med mindre de blir spurt direkte
 - Menn bruker lengre tid på å søke hjelp
- Økonomiske konsekvenser
 - Redusert produktivitet i betalt og ikke-betalt arbeid
 - Kostnader forbundet med behandling/rehabilitering

Haggland et al., 2009; Harås et al., 2009; Ezura-Pons et al., 2012; Johannessen et al., 2014; Lo et al., 2010; Wilson et al., 2001; Xu et al., 2012; Deutscher et al., 2005; Memon et al., 2013

DYKEMUSEET
BISTFOLD

I USA er den økonomiske byrden av behandling av **UI** alene årlig i overkant av **\$20 milliarder**



Mer enn den estimerte årlige kostnaden forbundet med **artritt, brystkreft, pneumoni & influensa**

13

DYKEMUSEET
BISTFOLD

I 2010 var den årlige totale kostnaden forbundet med fekal inkontinens **\$4110** pr pasient



NIH, 2007; Xu et al, 2012

14

DYKEMUSEET
BISTFOLD

Generelle risikofaktorer

- Alder
 - Menopause
- Tidligere inkontinens/arv
 - Etnisitet
- Andre sykdommer
 - Nevrologiske lidelser
 - Hudsykdommer
 - Diabetes
- Kronisk obstpasjon eller diare
- Medisinering
- Stråleterapi
- Livsstil
 - BMI, kroniskhoste



Hvidman et al, 2002; Borelo-France et al, 2006; Viktrup et al, 2008; Solans-Domenech et al, 2010; Laikne et al, 2011; MacArthur et al, 2011; Rammen et al, 2012; Laikne et al, 2013.

15

Risikofaktorer for AI – (første) graviditet og fødsel

- Hormonelle og mekaniske endringer
- Bindevevsskade
- Nerveskade
- Muskelskade
 - Sfinkterruptur

Hvidman et al. 2002; Borello-France et al. 2006; Viktrup et al. 2006; Solans-Domenoch et al. 2010; Laine et al. 2011; MacAnur et al. 2011; Remmen et al. 2012; Laine et al. 2013; 16

? Sfinkterruptur vs. idrettsskade




- Ca 50% mister deler av bekkenbunnens støttefunksjon etter fødsel
- 20-26% opplever store rifter etter vaginal fødsel

Swift, 2000; Delancey et al., 2003; Delancey et al., 2008; Dietz & Luraghi, 2005; Shapiro et al., 2005; healthclub.net; newagephysiotherapy.com/7-wdy/9/3/3/

Behandling



VS.



Kirurgisk behandling

Konservativ behandling

18

**Konservativ behandling
-Bekkenbunnstrening (BBT)**

19

Målsetning med trening / BBT

- Å øke eller bevare
 - Muskulær styrke
 - Muskulær utholdenhet
 - Muskulær koordinasjon

↓

- **BEDRE FUNKSJON**

Frawley et al., 2017

Styrketrening – hva skjer?

- Muskelstyrke
 - ↑ Antall motoriske enheter
 - ↑ Muskelvolum (hypertrofi)
- Timing - kontraksjon
 - ↑ Rekruttering av muskelfibre
- Økt «stivhet»
 - ↑ Økt bindevevsstyrke

21

Be, 2000; Be & Hilde, 2013; ACSM, 2013

DYDEHJUSET
BISTFOLD

Konservativ behandling -kosthold



22

DYDEHJUSET
BISTFOLD

Konservativ behandling -dvaner og sittestilling

KORREKT POSISJON

Knaerne høyere enn hofte.
Len fremover og hvil albueene
på knærne. Spenn magen ut
og rett ryggen.



<https://www.youtube.com/watch?v=VWtdO4332>
<https://www.no.uio.no/medisinske/kirurgi/kraft/ce-byrme/ehelinkken/gastrokirurgisk-avdeling-trmsobekkersenteret/>

23

DYDEHJUSET
BISTFOLD

Konservativ behandling -ballongskylling og irrigasjon




24




Konservativ behandling -elektrostimulering



25 



Nasjonal retningslinje AI - 2018



Faglige retningslinjer for utredning og konservativ behandling av anorektale funksjonsforstyrrelser

26 