

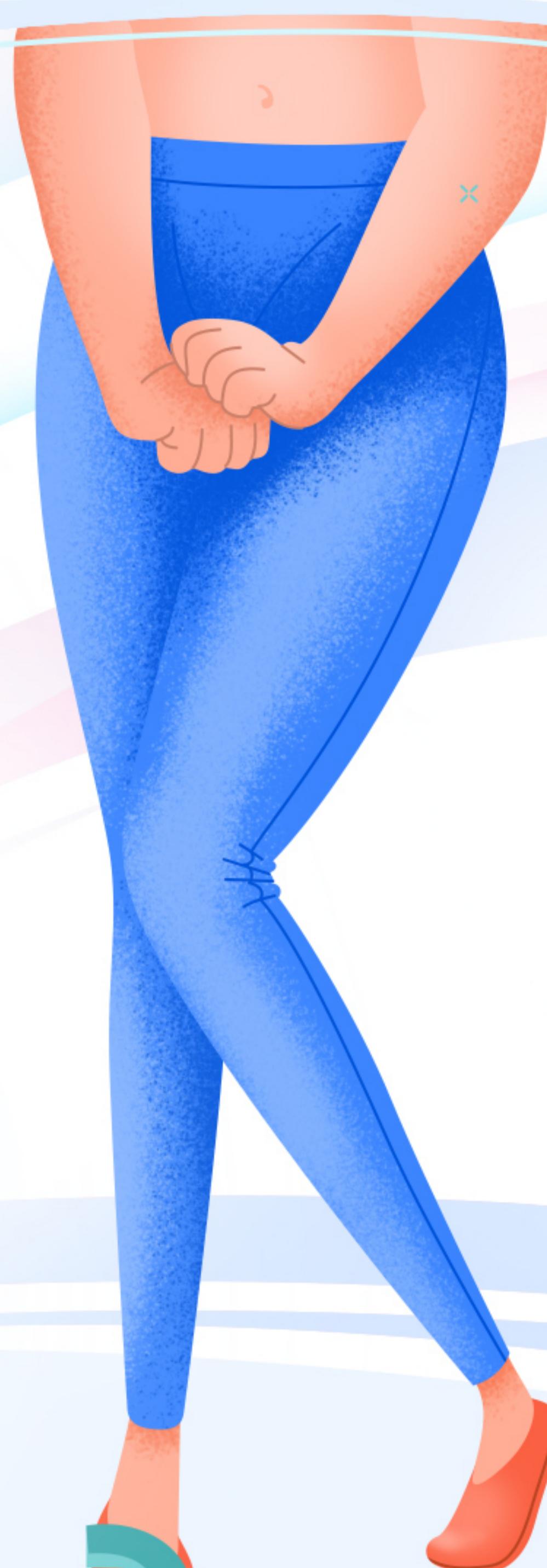
# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК СТОЛКНУЛСЯ С НЕДЕРЖАНИЕМ МОЧИ?

iD



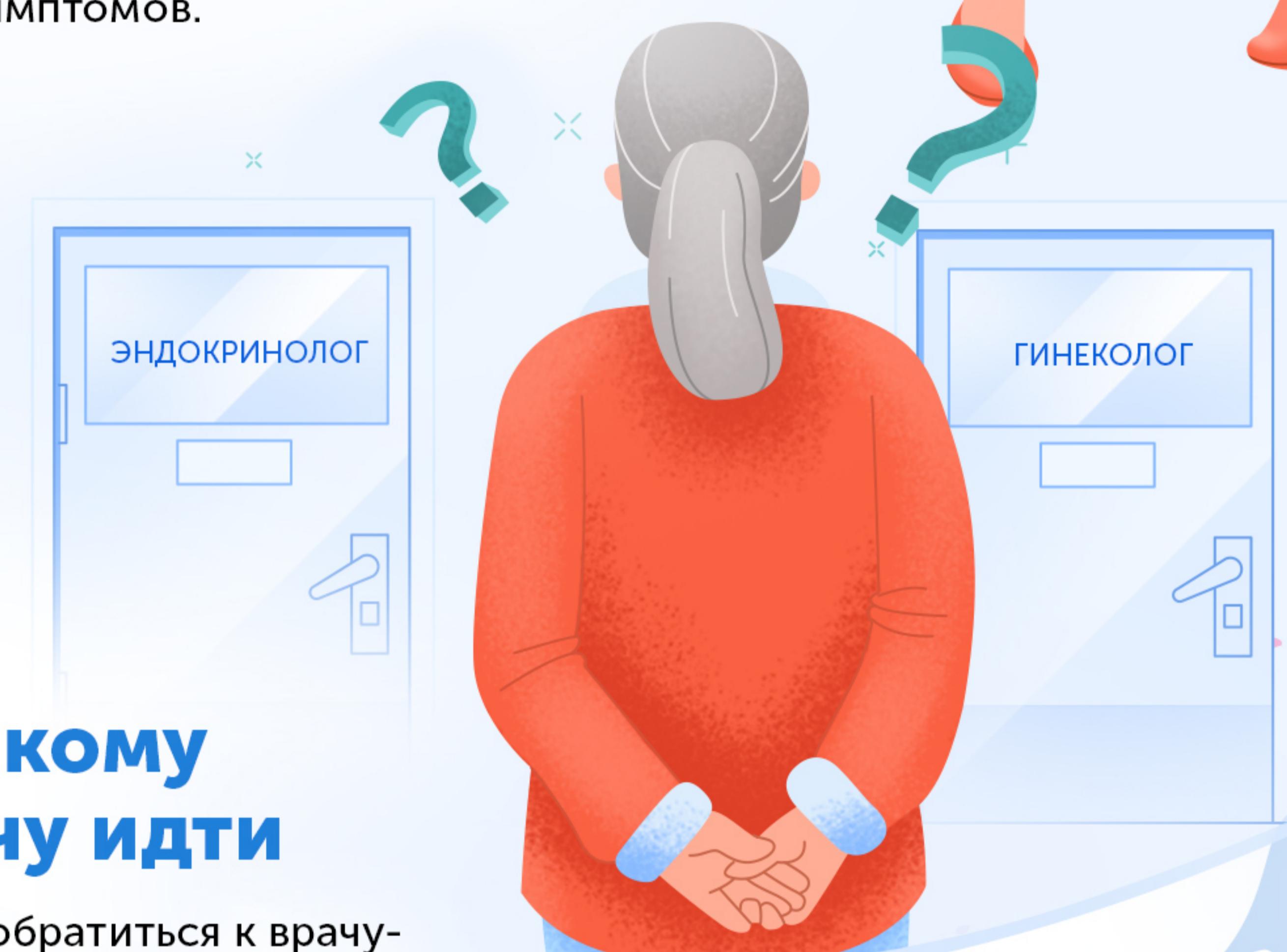
## Как поговорить о проблеме

Будьте внимательны и деликатны. Объясните, что знаете, как помочь. Дайте человеку понять, что его проблему можно решить или взять под контроль. Для этого необходимо обратиться к врачу и использовать специальные впитывающие средства, чтобы чувствовать себя комфортно и не переживать из-за симптомов.



## Куда обратиться

Чтобы устраниить или взять под контроль симптомы недержания, лучше знать точную причину его возникновения. Специалист назначит обследование, установит причину и даст важные рекомендации для улучшения контроля над мочеиспусканием и уменьшения симптомов.



## К какому врачу идти

Лучше обратиться к врачу-терапевту или врачу общей практики, которые помогут определиться с дальнейшим направлением обследования. В зависимости от причины недержания может понадобиться консультация узкого специалиста – гинеколога, уролога, невролога, эндокринолога и др.

## Что делать с симптомами недержания

Нужно соблюдать рекомендации врача – питьевой режим, диетические ограничения и т.д. А также обеспечить правильный гигиенический уход. Качественные и верно подобранные впитывающие изделия избавят кожу от раздражения, а одежду и постель от намокания.



## Как подобрать правильное впитывающее изделие

- 1. Изучить ассортимент и выбрать специализированное изделие.** Гигиенические прокладки не блокируют влагу и запах так, как урологические. Их поверхность и абсорбент – для других выделений.
- 2. Определить степень недержания.** Какой объём мочи бесконтрольно выделяется за 1 раз: капельно, до полстакана, более полстакана, полное отсутствие контроля.
- 3. Учитывая активность человека** (ограниченная подвижность, лежачий больной или активный подвижный человек), нужно выбрать наиболее подходящее для него изделие.
- 4. При выборе подгузников, трусов и впитывающего белья необходимо заранее измерить обхват талии и бёдер.** Подбирай размер, опирайтесь на большее из двух этих значений.

## Где выбрать впитывающее изделие

Такие изделия продаются в аптеках, интернет-магазинах и крупных гипермаркетах. Отдавайте предпочтение крупным сетям, где представлен более широкий ассортимент, чтобы иметь возможность подобрать самый подходящий вариант.



БОЛЬШЕ ПОЛЕЗНОЙ ИНФОРМАЦИИ  
В РАЗДЕЛЕ «СТАТЬИ»  
[ID-DIRECT.RU/ARTICLES](http://ID-DIRECT.RU/ARTICLES)