

Világszintű egészségügyi kihívás: minden harmadik nő él inkontinenciával

Az inkontinencia világszerte egy alattomos, gyakori, mégis alulkommunikált egészségügyi probléma. Bár a kutatások egyre nagyobb figyelmet fordítanak a hólyagtartási nehézségekre, sok érintett továbbra sem beszél a tüneteiről, és nem mer szakmai segítséget kérni.

A legfrissebb [nemzetközi adatok](#) szerint **a fejlődő országokban élő nők több mint 31 százaléka tapasztal valamilyen formájú inkontinenciát** – legyen az stressz-, sürgősségi vagy vegyes típus –, ami jól mutatja, milyen sokakat érint világszerte. Az Egyesült Államokban készült, 2021–2023-as NHANES felmérés pedig azt mutatja, hogy **a nők mintegy 63 százaléknál jelentkeztek inkontinencia-tünetek**, ami közel 79,5 millió érintettet jelent.

Az inkontinencia azonban nem csupán egészségügyi kérdés: **jelentős társadalmi és gazdasági terhet is ró az ellátórendszerekre**. Egy 2025-ös [európai uniós elemzés](#) szerint a hólyagtartási nehézségekkel összefüggő közvetlen és közvetett költségek **2023-ban megközelítették a 69,1 milliárd eurót**, és a jelenlegi trendek fennmaradása esetén **2030-ra akár a 100 milliárd eurót is elérhetik**. Ez jól mutatja, hogy az inkontinencia kezelése és korai felismerése nemcsak egyéni, hanem társadalmi érdek is.

A hallgatás ára: elszigetelődés és romló életminőség

A szakértők szerint az inkontinenciával élők jelentős része hosszú ideig úgy tekint a tüneteire, mint az élet természetes velejáróira, amelyekkel „együtt kell élni”. Sokan ezért nem tartják elég komolynak a problémát ahhoz, hogy orvoshoz forduljanak, miközben a szégyenérzet és a társadalmi stigma tovább erősíti a hallgatást. A beszélgetés elmaradása gyakran nemcsak az egészségügyi szakemberekkel, hanem a családtagokkal és a közvetlen környezettel is jellemző, ami fokozatosan elszigetelődéshez és életminőség-romláshoz vezethet.

Ez a jelenség különösen a nőket érinti érzékenyen. A nemzetközi felmérések alapján **életük során akár a nők több mint felénél is megjelenhetnek inkontinencia-tünetek**, amelyek közül sokan mérsékelt vagy súlyos formában tapasztalják a problémát. Mindez tovább erősíti azt a paradox helyzetet, hogy miközben rendkívül gyakori állapotról van szó, a nyílt kommunikáció mégis ritka.

Szakértői perspektíva: a beszélgetés az első lépés

„Az inkontinencia nem egy apró kellemetlenség, hanem egy kezelhető egészségügyi állapot” – hangsúlyozza Ponyi Viktor, a [PelenkaExpressz](#) alapítója. „A friss nemzetközi adatok is azt mutatják, hogy óriási számú érintettől beszélünk világszerte, mégis sokan egyedül maradnak a tüneteikkel. A legfontosabb lépés a változás felé az, hogy az érintettek merjenek beszélni róla, legyen szó orvosi konzultációról, családi kommunikációról vagy a mindennapokat megkönnyítő megoldások megismeréséről.”

Mit tehetnek az érintettek és a környezetük?

A szakértők szerint az inkontinenciával kapcsolatos tudatosság növelése kulcsszerepet játszik abban, hogy az érintettek ne maradjanak magukra a problémával. Fontos a tünetek tudatos megfigyelése, a

tartós panaszok esetén a kivizsgálás kezdeményezése, valamint a megbízható információforrások felkutatása. A személyre szabott inkontinencia-termékek használata növelheti a biztonságérzetet és a mindennapi komfortot, miközben a nyílt, támogató családi kommunikáció segíthet lebontani a hallgatás falát.

Összességében a legfrissebb nemzetközi adatok egyértelmű üzenetet hordoznak: az inkontinencia rendkívül gyakori, jelentős életminőség-romlással járhat, és társadalmi szinten is komoly következményekkel bír. Éppen ezért elengedhetetlen, hogy a téma kikerüljön a tabuk közül, és a beszélgetés végre ott kezdődjön el, ahol valódi változást hozhat.

Sajtókapcsolat:

- Ponyi Viktor, Tulajdonos
- P&P Provision Kft.
- info@pelenkaexpressz.hu



© freepik

Az Egyesült Államokban készült, 2021–2023-as NHANES felmérés azt mutatja, hogy a nők mintegy 63 százalékánál jelentkeztek inkontinencia tünetek.



© freepik

A beszélgetés elmaradása gyakran nemcsak az egészségügyi szakemberekkel, hanem a családtagokkal és a közvetlen környezettel is jellemző, ami fokozatosan elszigetelődéshez és életminőség-romláshoz vezethet

Eredeti tartalom: PelenkaExpressz

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/?p=28804>