

## Abstract

### **REHABILITERING AF ÆLDRE KVINDER MED URININKONTINENS - BÆKKENBUNDSTRÆNING I ET SUNDHEDSØKONOMISK PERSPEKTIV.**

Marlet, Laila Ravnkilde; Masterafhandling i Rehabilitering fra Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet, Odense, Danmark - august 2004

#### **BAGGRUND**

3-400.000 danskere har problemer med urininkontinens, problemerne er tiltagende ved stigende alder. Inkontinens har store omkostninger både for den enkelte og for samfundet i form af henholdsvis nedsat livskvalitet og omkostninger til fx inkontinenshjælpemidler og faldulykker i forbindelse med toiletbesøg. I 2003 alene brugte Odense Kommune 14,7 millioner kroner på inkontinenshjælpemidler.

#### **FORMÅL**

Resultaterne af studiet kan være med til at danne grundlag for beslutningstageres og ledes prioritering af de kommunale opgaver, samt medvirke til at skabe opmærksomhed på, hvad bækkenbundstræning for +65-årige kvinder med urininkontinens koster, og hvilken effekt der er ved tilbuddet for kvinderne selv og for kommunen. Effekten vurderes som ændring i kvindernes selvoplevede livskvalitet i forbindelse med urininkontinens generelt og med hensyn til nocturi, samt besparelser på inkontinenshjælpemidler (bind, bleer og trusseindlæg).

#### **STUDIETS DESIGN**

Der er tale om en omkostnings-effekt-evaluering og på effektsiden et empirisk, prospektivt follow-up-studie med et præ-post test-design.

#### **MATERIALE OG METODER**

Interventionsgruppen omfatter 22 kvinder i alderen 66-90 år, fordelt på 3 bækkenbundstræningshold. Holdtræningen fandt sted én gang om ugen, 2 timer pr. gang i 12 uger. Undervisningen indeholdt både cognitiv træning/teoretiske emner og knibeøvelser/kropsbevsthedsøvelser mv. Kvinderne blev instrueret i at træne selv dagligt 2-3 gange. Undersøgelsen estimerer omkostningerne ud fra de faktiske forhold i Odense Kommune og vurderer effekten af bækkenbundstræningen via en metodetriangulering mellem flere **validerede spørgeskemaer**: Incontinence Impact Questionnaire (IIQ-7), Urinary Distress Inventory (UDI-6) (1,2), VAS-skala vedrørende gener ved urininkontinens (3) og EuroQool (EQ-5D)(4), samt **fokusgruppeinterview** udført ved afslutningen.

## RESULTATER

**Livskvalitet:** resultaterne af IIQ-7, UDI-6 og VAS-skala viser signifikant forbedring af livskvaliteten ( $p=0,006$ ,  $0,0004$  og  $0,0001$ ). EQ-5D viser ikke-signifikant ændring, hverken på index eller på termometeret ( $p=0,67$  og  $0,52$ ). Livskvaliteten i forbindelse med nocturi forbedres signifikant ( $p=0,001$ ).

Fokusinterviewene viser, at livskvalitet forbedres, bilag 1. Kvinderne oplever frihed, idet de har kunne tale åbent med andre om inkontinens. De kan nu færdes mere frit uden hele tiden at skulle tænke på toiletter og næste toiletbesøg. Flere oplever det som en lettelse ikke længere at være nødt til at medbringe bleer og bind. De har fået konkret viden om og ideer til, hvordan de kan håndtere deres problemer, både gældende træning og ændrede drikke- og vandladningsvaner. Flere har fået mere overskud, bedre humør og større selvtillid. Livskvaliteten er desuden øget i kraft af, at de nu sover bedre om natten, idet de har reduceret antallet af natlige toiletbesøg. Fællesskabet med de andre på holdet synes at have haft stor indflydelse på udbyttet.

**Økonomi:** Omkostningerne til etablering af bækkenbundstræning i alle 3 områder af Odense Kommune andrager samlet 186.259,- kr. årligt (inkl. løn, uddannelse af 6 fysioterapeuter, lokaler, rengøring, materialer mv.) Beregningerne er opgjort ud fra, at der årligt afholdes 6 hold med samlet 48 deltagere, og at der udvikles ensartet undervisningsmateriale i alle 3 aktivitetsområder (5). Omkostningerne til bleer og bind nedsættes med 29,6% for de kvinder, som havde bevilling hertil fra kommunen og med 46,9% for de kvinder, som selv betalte. Besparelserne er opgjort for et år. Undersøgelsen er forholdsvis lille, det er uvist, hvor store besparelserne vil være over længere tid.

## KONKLUSION

Bækkenbundstræning medvirker til at øge livskvaliteten og til at spare på omkostningerne til inkontinenshjælpemidler for de kvinder, som indgår i denne undersøgelse. Besparelserne opvejer ikke de omkostninger, som er forbundet med at etablere bækkenbundstræning i Odense Kommune. Det er uvist, hvor store besparelserne på inkontinenshjælpemidler vil være målt over længere tid.

## PERSPEKTIVERING

Undersøgelsen kan give information om, hvad det koster at tilbyde bækkenbundstræning for ældre kvinder i en kommune, og hvilken effekt der er ved tilbuddet målt i forhold til selvoplevet livskvalitet og besparelser på inkontinenshjælpemidler.

Bækkenbundstræning kan være en del af udredningen inden bevilling af inkontinenshjælpemidler mhp. at opfylde kravene i §97 i Loven om Social Service. Man kunne udbygge undersøgelsen, så den blev større og man kunne udføre et kontrolstudie med kontrol- og interventionsgruppe. Desuden kunne man undersøge om den opnåede effekt holder over tid ved at lave opfølgning.

## LITTERATURHENVISNINGER

- 1 Uebersax, J et al (1995), Short Forms to Assess Life Quality and Symptom Distress for Urinary Incontinence in Women: The Incontinence Impact Questionnaire and the Urogenital Distress Inventory, *Neurology and Urodynamics* 14:131-139.
- 2 Shumaker, SA et al (1994), Health-related quality of life measures for women with urinary incontinence: the Incontinence Impact Questionnaire and the Urogenital Distress Inventory. *Continence Program in Women (CPW) Research Group. Qual Life Res*; 3:291-306.
- 3 Stach-Lempinen, B et al (2001), Visual Analog Scale, Urinary Incontinence Severity Score and 15-D-Psychometric Testing of Three Different Health-related Quality-of-life Instruments for Urinary Incontinent Women, *Scand J Urol Nephrol* 35:476-482.
- 4 Pedersen, KM et al (2003), Værdisætning af sundhed. Teorien om kvalitetsjusterede leveår og en dansk anvendelse, Syddansk Universitetsforlag.
- 5 Marlet, LR (2004), Bækkenbundstræning i et sundhedsøkonomisk perspektiv – livskvalitet og økonomi, Masterafhandling fra Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet, Odense, Danmark.

## BILAG 1

ENKELTE CITATER FRA FOKUSGRUPPEINTERVIEWENE - effekt i forhold til livskvalitet:

**Birgit 68 år:** *“Kurset har givet mig meget stor frihed og selvværd”*

**Anna 89 år:** *“Jeg kan fortælle en sjov ting. For noget siden, da gik jeg over og tog en bus fra Vestergade og kørte ud til Hjulby og blev siddende i bussen foran...tænk at se alle de kønne efterårslandskaber helt ud til Hjulby og tilbage igen....og jeg var næsten ikke våd da jeg kom hjem. Og det tog små 3 timer og jeg var så glad og så lykkelig for den dag. Jeg synes det var en dejlig oplevelse, det synes jeg. Det må høre med i livskvalitet at man bliver glattere”.*

**Helga 82 år:** *“Jeg synes det virker på den måde, at jeg har været meget flov over at jeg har fået det problem, det har jeg aldrig troet, at jeg skulle, fordi jeg har haft sådan en selskabsblære, jeg har været så frygtelig flov, og det er ligesom det hjælper lidt, når andre er i samme situation, det er som om, det tager toppen af den flovhed”.*

**Marie 90 år:** *“Jeg har vænnet mig til at skulle holde mig længere. Jeg skal ikke så tit op om natten. Jeg har somme tider skullet op 5-6 gange om natten og nu kan jeg som regel...ja, for leden sov jeg faktisk fra den var lidt over 10 til klokken var lidt over halv seks”.*

**Helga 82 år:** *“Jeg har haft det ganske forfærdeligt med at skulle op en masse gange om natten. Jeg var oppe på toilet næsten hver anden time, så er jeg jo hundetræt, når jeg vågner....så får man jo ikke nok søvn, så sover man dårligt. Jeg kan nøjes med at komme op to gange om natten nu..... Det betyder, at jeg har fået flere kræfter, det gør det altså”.*

info@stopinkontinens.dk  
26. januar 2005