



設定您 膀胱過動症 (OAB) 的治療期望

什麼是 OAB?

OAB 是一種醫學狀況，為一組泌尿系統症狀的特徵。它不是一種疾病。OAB 可能發生在您的膀胱和大腦之間的神經訊號，通知您的膀胱需要排尿，即使在膀胱未儲滿時，或當膀胱的肌肉過於活躍。

OAB 的症狀是什麼?

尿急：突然及難以抑制的排尿需要

患有 OAB 的人們還會有一種或多種這些症狀：

尿頻：每天排尿 8 次或以上，或者如廁感覺頻率過高

急迫性尿失禁：突然的排尿需要之後漏尿

夜間排尿：每晚醒來 1 次或以上進行排尿

這些症狀也可能由泌尿道感染、生病引起，或者是某種藥物的副作用。您的醫療服務提供者可以就您的症狀可能的成因向您提供建議。

OAB 有多普遍?

OAB 是一種常見狀況，一在美國，約有 4600 萬年齡為 40 歲或以上的成年人稱他們至少「有時」會出現 OAB 症狀。

OAB 的風險因素是什麼?



年齡

隨著年齡越來越大，人們出現 OAB 的風險也越來越高。



性別

OAB 在女性中更為常見。



健康狀況

一些健康狀況，如神經系統疾病（例如，中風和多發性硬化症）和伴有 OAB 的不受控制的糖尿病，會使人們具有較高風險患上複雜 OAB。您的醫療服務提供者可給予您更多資訊。



飲食

某些食物和飲料會刺激您的膀胱，可能會使 OAB 症狀惡化。向您的醫療服務提供者詢問更多有關該等刺激物的資訊。



設定您 對膀胱過動症 (OAB) 治療的期望

有哪些可用的 **OAB** 治療方案?

改變生活方式和藥物可幫助治療 OAB。每位患者的治療方法有所不同。您和您的醫療服務提供者將一起決定什麼是最適合您的治療方法。

改變生活方式

- 限制食用會刺激您的膀胱的食物和飲料
- 記錄您去洗手間的次數
- 按時（而不是只在您有尿意時）去洗手間
- 與您的醫療服務提供者談論有助您放鬆膀胱肌肉的鍛煉

處方藥

- 除了改變生活方式外，可以採取藥物治療
- 有多種藥物可以協助您處理您的 OAB 症狀。您的醫療服務提供者可為您提供有關適合您的藥物方面的建議

針對您的 **OAB** 治療的重要提示



① ----- 如果您的醫療服務提供者為您開了處方，請按方配藥。



② ----- 請按照您的醫療服務提供者的規定每天服用 OAB 藥物。



③ ----- 要有耐心並堅持服用您的藥物，因為藥物可能需要時間發揮效力。



④ ----- 記錄您的進度並與您的醫療服務提供者進行談話。並不是所有的治療方法對每位患者都有相同的效果。您可能需要與您的醫療服務提供者談論改變您的治療方法或藥物劑量。

與您的醫療服務提供者談論，您的 **OAB** 症狀是否惡化或您是否正遭受副作用困擾。