

Patientinformation kronisk bäckenbottensmärtssyndrom

Kronisk bäckenbottensmärtssyndrom (KBSS), tidigare kallat kronisk prostatit, är ett kroniskt smärttillstånd som kan drabba män i alla åldrar. Ca 35% av alla män har någon gång i livet haft en eller flera perioder med kronisk bäckenbottensmärtta.

Mekanismerna bakom KBSS är i stort okända. Det finns teorier om att ett inledande trauma/inflammation/infektion skapar ett "smärtminne" i centrala nervsystemet som senare kan aktiveras med en upplevelse av smärta i organet trots att det då inte är inflammerat eller sjukt. Det finns också teorier om att en del patienters besvär orsakas av en kramp i bäckenbottenmuskulaturen.

SYMPTOM

Symtom vid kronisk bäckenbottensmärtta kan variera väldigt mycket mellan olika individer. Gemensamt för alla är att man har återkommande smärta och besvär från underliv/bäcken. Många gånger är symtomen organspecifika men vissa patienter kan ha symtom från flera regioner.

- prostata – smärta från mellangården, vattenkastningsbesvär, smärta vid sittande, ryggsmärta
- pung/testiklar – smärta, värk. Känslighet för beröring
- urinblåsa/urinrör – täta trängningar, sveda och värk

Kronisk bäckenbottensmärtta är ett ofarligt tillstånd som dock kan ha betydande påverkan på livskvaliteten hos de drabbade.

Syndromet kommer ofta i skov och inte sällan under de kalla och blöta årstiderna.

UTREDNING

Utredning syftar till att utesluta annan, behandlingskrävande, sjukdom i det påverkade organet. Utredning innefattar klinisk undersökning, urinodling, provtagning och i sällsynta fall ytterligare utredning.

BEHANDLING

Då de bakomliggande mekanismerna bakom smärtan till stor del är okända finns det tyvärr ingen effektiv behandling som hjälper alla drabbade. Ofta får man tillsammans med sin läkare testa sig fram till vad som kan hjälpa.

- Undvika kyla/väta. Använd gärna underställ kalla och blöta dagar.



- Bäckenslappningsövningar och information om långvarig smärta hos fysioterapeut
- α -blockerare (Alfuzozin)
- NSAID i 3-4 v (Ibumentin, Naproxen)
- Cernitol
- Läkemedel mot nervsmärta
- Rådgivning kring blås- och tarmhälsa hos uroterapeut
- Vid blåsspecifika symtom (Painful bladder) kan också blässlabiliserande läkemedel och/eller blässköljningar med Hyaluronsyra provas

Framtaget av Urologi och Uroterapi/bäckenbottenmottagningen på

Östersunds sjukhus