



UNIVERSITY OF TAMPERE

This document has been downloaded from
Tampub – The Institutional Repository of University of Tampere

Publisher's version

Authors: Tikkinen Kari AO, Johnson Theodore M, Tammela Teuvo LJ,
Sintonen Harri, Haukka Jari, Huhtala Heini, Auvinen Anssi
Name of article: Yövirtsaaminen yhteydessä heikentyneeseen elämänlaatuun
Year of publication: 2009
Name of journal: Duodecim
Volume: 125
Number of issue: 10
Pages: 1084
ISSN: 0012-7183
Discipline: Medical and Health sciences / Internal Medicine
Language: fi
School/Other Unit: School of Medicine

URL:
http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku&p_p_action=1&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_spage=%2Fportlet_action%2Fdlehtihakuartikkeli%2Fviewarticle%2Faction&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_tunnus=duo98055&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_p_frompage=haku&dlehtihaku_view_article_WAR_dlehtihaku_hakusana=Y%C3%B6virtsaaminen+yhteydess%C3%A4
URN: <http://urn.fi/urn:nbn:uta-3-815>

All material supplied via TamPub is protected by copyright and other intellectual property rights, and duplication or sale of all part of any of the repository collections is not permitted, except that material may be duplicated by you for your research use or educational purposes in electronic or print form. You must obtain permission for any other use. Electronic or print copies may not be offered, whether for sale or otherwise to anyone who is not an authorized user.

**Nocturia Frequency, Bother and Quality of Life – How Often Is Too Often?
A Population-Based Study in Finland**

Kari A. O. Tikkinen^{1,2,3,4}, Theodore M. Johnson, 2nd^{5,6}, Teuvo L. J. Tammela^{3,4},
Harri Sintonen^{7,8}, Jari Haukka^{9,10}, Heini Huhtala¹⁰, Anssi Auvinen¹⁰

Eur Urol, julkaistu verkossa 3.4.2009

Yövirtsaaminen yhteydessä heikentyneeseen elämänlaatuun

Virtsaaminen vähintään kahdesti yössä on yhteydessä heikentyneeseen elämänlaatuun. Suurin osa ihmisistä katsoo yövirtsaamisesta olevan haittaa, kun virtsaamiskertoja on kaksi yössä, ja kohtalaista tai hyvin suurta haittaa, kun niitä on vähintään kolme.

Yövirtsaaminen eli nokturia on varsin yleinen vaiva. Se saattaa johtua esimerkiksi yöllisen virtsamäärän lisääntymisestä, virtsarakon kapasiteetin pienentymisestä tai unihäiriöistä.

Yövirtsaamisen vaikutusta elämänlaatuun ja siitä koettua haittaa kartoitettiin osana FIN-NOS-tutkimusta.

Yhteensä 6000:lle satunnaisesti valitulle 18–79-vuotiaalle naiselle ja miehelle lähetettiin kirjekysely, johon sisältyivät yövirtsaamisen esiintymistaajuutta ja haitta-astetta kartoittavat DAN-PSS- ja AUASI-kyselyt sekä 15D-elämänlaatumittari. Osallistumisosuus oli hyvä; kaksi kolmannesta vastasi.

Tulosten mukaan yövirtsaaminen lisääntyi niin miehillä kuin naisilla iän karttuessa, mutta miehillä lisäys oli runsaampaa.

Naiset ja miehet pitivät yövirtsaamista yhtä haittaavana, ja koetun haitan aste suureni nokturian esiintymistaajuuden mukaan. Suurin osa vastaajista toi esille, ettei nouseminen virtsaamaan kerran yön aikana ollut haittaavaa mutta kahdesta kerrasta koettiin olevan jo vaivaa. Jos virtsaamiskertoja oli kolme tai useampia yössä, niistä katsottiin olevan vähintään kohtalaista haittaa.

Lisäksi tuloksista paljastui, että ainakin kaksi kertaa yössä toistuva virtsaamistarve oli yhteydessä heikentyneeseen elämänlaatuun.

Tulokset viittaavat siihen, että herääminen kaksi kertaa yössä virtsaamaan vaikuttaa hyvinvointiin ja koettuun terveyteen. Lisäksi näyttäisi siltä, ettei yövirtsaamisen lievimpiä muotoja eli nousemista vain kerran yön aikana voida pitää merkinä kliinisesti merkityksellisestä virtsaamistarpeen tihtymisestä. ■

¹HYKS:n urologian klinikka; ²HYKS-instituutti; ³TAYS:n kirurgian vastuualue; ⁴Tampereen yliopiston lääketieteen laitos; ⁵Birmingham/Atlanta VA Geriatric Research, Education, and Clinical Center, USA; ⁶Division of Geriatric Medicine and Gerontology, Emory University School of Medicine, USA; ⁷Helsingin yliopiston kansanterveystieteen laitos; ⁸Finohta, Terveyden ja hyvinvoinnin laitos; ⁹Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mielenterveyden ja alkoholitutkimuksen osasto;

¹⁰Tampereen yliopiston terveystieteen laitos