

Esta é uma publicação da Associação de Assistência Mútua à Saúde SBC

INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE ESFORÇO

É uma condição que afeta dramaticamente a qualidade de vida, comprometendo o bem estar físico, emocional, psicológico e social.

Normalmente existe uma perfeita coordenação entre bexiga e esfíncter (músculo que tem a função de válvula que impede a saída de urina). A bexiga tem a capacidade de armazenar de 400 a 500 ml de urina e a musculatura da bexiga fica relaxada e o esfíncter contraído na fase de enchimento. Na fase de esvaziamento o musculo contrai e o esfíncter relaxa.

Sempre informar o médico quando está ocorrendo a perda involuntária de urina, para que seja feito uma avaliação mais detalhada e proposta de melhor tratamento.

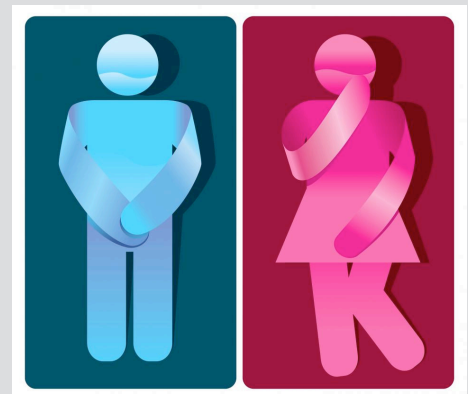
A incontinência ocorre em pessoas acima de 60 anos entre 30 a 60% , podendo afetar tanto homens como mulheres.

Algumas doenças podem causar estes sintomas, facilmente tratáveis:

- Infecção urinária e vaginais.
- Fraqueza do músculo da bexiga ou do músculo que sustenta a bexiga
- Fraqueza do esfíncter.

CAUSAS DA INCONTINÊNCIA:

- Infecção vaginal ou urinária
- Efeitos colaterais de medicamentos
- Constipação intestinal (intestino preso)
- Fraqueza dos músculos
- Aumento da próstata
- Doenças que afetam os nervos ou músculos
- Alguns tipos de cirurgias ginecológicas
- Patologias cerebrais como o derrame cerebral



TIPOS DE INCONTINÊNCIA:

- Urge-incontinência – ocorre uma contração da bexiga de forma involuntária e não consegue chegar até o banheiro
- Incontinência mista – esforço e urge incontinência
- Incontinência por fístula – é a comunicação entre a bexiga e a vagina, pode ocorrer devido a procedimentos cirúrgicos, processos inflamatórios, traumatismo e irradiação.
- Incontinência por transbordamento – a bexiga fica tão cheia que perde a capacidade de contração do músculo pela distensão ou por obstrução do trajeto (próstata aumentada)

EXAMES PARA DIAGNÓSTICO DE INCONTINÊNCIA:

- Queixa e exame físico
- Urina I com urocultura
- Ultrassonografia
- Teste de esforço
- Exame urodinâmico

TRATAMENTOS:

- Terapia de reposição hormonal local (quando não existe contra indicação)
- Fisioterapia
- Medicações
- Cirurgias

Prezados Associados,

É chegado mais um final de ano e com ele a certeza de que a SBC segue firme na sua caminhada cuidando da saúde de todos os seus associados.

Um ano difícil para todos os brasileiros, com reflexos para todas as áreas da economia. Não foi diferente para a Saúde.

Nas últimas 3 edições deste informativo procuramos abordar o assunto sustentabilidade dos planos de saúde de forma ostensiva, demonstrando a importância vital da participação de todos no processo.

A elevação expressiva das despesas assistenciais em 177%, o aumento dos custos de insumos hospitalares (materiais e medicamentos) e com isso a implementação de ações efetivas junto aos prestadores da rede externa, reavaliação de rotinas internas, intensificação de processos de auditoria foram algumas das medidas que marcaram principalmente o segundo semestre deste ano.

Firmamos nosso compromisso de continuar atendendo a todos os nossos associados, agradecendo a participação, a colaboração e a compreensão de todos nesta fase e temos a certeza que os desafios virão, porém juntos somos mais fortes; enfrentaremos e venceremos.

É época de Festas, a pausa se faz necessária para recobrar as forças.

Tempo de reunir a família, comemorar todas as vitórias conquistadas, momento de reflexão.

Neste espírito, desejamos a todos que se reúnam com seus entes queridos, refaçam suas forças, comemorem o Natal e a entrada do Ano Novo com muita Fé e principalmente muita saúde.

São os votos da Diretoria da SBC.

FELIZ NATAL E UM EXCELENTE ANO NOVO!!!



ASSOCIAÇÃO SBC

Grupo Terapêutico SBC

No mês de dezembro daremos continuidade ao tema a atividade física/práticas corporais
Porque precisamos nos exercitar? Tipos de práticas.

Pilates, ioga, meditação, mindfulness, tai chi chuan, caminhada, academia, dança, undokai (gincana esportiva).

Apoio:

Política Nacional de Práticas Integrativas Complementares/SP

Facilitadora: Cristina Eiko Shinkawa

Agenda – dias 12, 14, 16, 19, 21 e 23 de dezembro

Horário – das 9:00 h às 11:00 h – Segundas, quartas e sextas.

Onde: Espaço SBC

Endereço: Rua Passo da Pátria, 611 - Vila Leopoldina - São Paulo

Tel: (11) 3647-9123 | 2197-2458



14Dez
Feirinha **ADESC**

Última Feira do Ano
- Artesanato e alimentos -

A feirinha da ADESC chega à sua edição de Dezembro ampliando seu espaço, utilizando o estacionamento para as vendas de final de ano. Serão comercializados além dos tradicionais alimentos orientais, legumes e verduras frescas, e um espaço especial para artesanato. Venha prestigiar esta feira que é realizada todos os meses pelo pessoal da ADESC que reverte parte de sua renda para a Associação SBC.



AGRADECIMENTOS

Pelas doações recebidas em
Out/Nov 2016

ADESC | Sra. Rioko Ito | Sr. Masao Kariya
Sra. Elza Fumika Sonoda Wada (cadeira de rodas, andador e fraldas geriátricas)

ありがとうございました

19º

KARAOKÊ
BENEFICENTE
EM PROL DA SBC



Data: 19 de Março de 2017

Garanta sua participação no Livro-Programa


Ligue: (11) 3837-8736 c/ Kimie ou Ayumi



Sr. Osvaldo recebendo doação da ADESC (18ª. Edição)

facebook

Curta nossa página

 www.facebook.com/saudesbc

SBC SAÚDE

ALTERAÇÕES NA REDE CREDENCIADA

Verifique sempre a relação de prestadores que atendem o seu plano no site da SBC Saúde: www.sbcsaude.com.br, na aba “Rede Credenciada” e depois em “Guia Médico”.

ATENÇÃO: os planos de saúde possuem coberturas diferentes de acordo com a data de contratação.

- Novo Prestador:

CLÍNICA RUBEDO (www.clinicarubedo.com.br)

Rua Gonçalves Crespo nº 222 - Tatuapé

São Paulo – SP Tel.: (11) 2508-3138 e 2387-9202

- Consultas nas especialidades Psicologia, Psiquiatria e Nutrição

Segunda à sexta-feira das 08h às 18h

SBC SAÚDE

BOLETOS DE CONTRIBUIÇÃO – ESCLARECIMENTOS

Prezado (a) beneficiário (a),

Informamos que os boletos de contribuição do plano de saúde são emitidos pelos bancos Itaú e Banco do Brasil. Entretanto, devido à mudança no sistema interno da SBC Saúde, os boletos passaram a ser emitidos exclusivamente pelo banco Itaú desde outubro/2016. Esclarecemos que em breve voltarão a ser emitidos também pelo Banco do Brasil.

Os beneficiários que receberam seus boletos sem a ficha de compensação (código de barras) para pagamento nos meses de outubro e novembro por estarem inscritos no DDA – Débito Direto Autorizado, passarão a receber o boleto normalmente a partir de dezembro/2016. Dessa forma, poderão pagar o boleto através do DDA ou pelo boleto enviado pelo banco.

Contamos com a v. compreensão neste momento de transição.



Associação de Assistência Mútua à Saúde SBC

Rua Blumenau, 320 - Vila Leopoldina
CEP 05319-020 São Paulo - SP

IMPRESSO

Edição - Dezembro 2016