



## Nachtelijk plassen beïnvloedt productiviteit

Nocturie ('s nachts opstaan om te plassen) kost de Europese bedrijfswereld zo'n 3.700 euro per jaar per patiënt. Meer dan de helft van de vrouwen en mannen ouder dan vijftig jaar lijden aan nocturie.

Ze staan 's nachts een of meerdere keren op om te plassen. Hoewel de verstoorde nachtrust onze energie, productiviteit en levenskwaliteit ernstig beïnvloedt, spreken weinig mensen hun arts aan over nocturie. Dat blijkt uit een onderzoek van het farmaceutisch bedrijf Ferring.

Naar aanleiding van de Internationale Dag van de Slaap op woensdag 21 maart wil Ferring de aandacht vestigen op mensen die meermaals per nacht moeten opstaan om te plassen.

Een onderbroken slaap kan overdag heel wat last veroorzaken. Een onderzoek bij Zweedse werknemers wees uit dat de productiviteit met 9,2 procent daalt en dat ook de vitaliteit en energie lager liggen dan bij werknemers die 's nachts kunnen doorslapen.

Overdag produceert een mens gemiddeld een tot twee liter urine en plast zo'n vier tot zes keer. 's Nachts valt de urineproductie terug tot 25 procent en zouden we normaliter moeten doorslapen. Voornamelijk ouder wordende mensen krijgen last van nocturie en bij ongeveer zeventig procent van de gevallen ligt nachtelijke polyurie (overproductie van urine tijdens de nacht) daarvan aan de basis.

*Gazet van Antwerpen, 20 maart 2007*

## Uriner pendant la nuit influence productivité

La nocturie (se lever la nuit pour uriner) coûte au monde des entreprises européennes environ 3.700 euros par an par patient. Plus de la moitié des femmes et hommes de plus de cinquante ans souffre de nocturie.

Ils se lèvent une ou plusieurs fois par nuit pour uriner. Bien qu'un repos nocturne perturbé influence fortement notre énergie, notre productivité et notre qualité de vie, peu de gens discutent de nocturie avec leur médecin. C'est ce qui ressort d'une enquête de l'entreprise pharmaceutique Fering.

A l'occasion de la Journée Internationale du Sommeil le mercredi 21 mars, Fering veut attirer l'attention sur les personnes qui doivent se lever plusieurs fois par nuit pour uriner.

Un sommeil morcelé peut entraîner beaucoup de problèmes au cours de la journée. Une étude chez des travailleurs suédois a montré que la productivité baissait de 9,2 pourcent et qu'ils avaient aussi moins de vitalité et d'énergie que les travailleurs qui ne se réveillent pas la nuit.

Le jour, une personne produit en moyenne un à deux litres d'urine et urine environ quatre à six fois. La nuit, la production d'urine diminue jusqu'à 25 pour cent et normalement on ne doit pas se réveiller.

Ce sont surtout les personnes âgées qui souffrent de nocturie et, dans environ septante pour cent des cas, c'est une polyurie nocturne (surproduction d'urine pendant la nuit) qui est en cause.

*Gazet van Antwerpen, 20 mars 2007*



### Lijst van de adverteerders / Liste des annonceurs

ASTRA TECH	p. 21	ELI LILY BENELUX	p. 2
B. BRAUN MEDICAL	p. 53	IVS	p. 45
B. BRAUN MEDICAL	p. 54	OLYMPUS BELGIUM	p. 15
BAYER HEALTHCARE	p. 5	PFIZER	p. 48
BAYER HEALTHCARE	p. 8	SANOFI AVENTIS	p. 10
COLOPLAST	p. 35	TENACS O.H.P.	p. 47