



Ufrivillig vandladning om dagen

Vejledning til forældre

Når barnet er omkring 2 år, begynder hjernen at registrere, når blæren er fuld.

De fleste børn kan selv kontrollere, hvornår de skal tisse i 3-4 års alderen. Men ligesom udviklingen af andre færdigheder kan det tage længere tid for nogle børn.

Cirka tre procent af de 7-årige har fortsat problemer med daginkontinens – altså ufrivilligt tisseri i dagtimerne. Nogle børn har aldrig været renlige, mens andre har været det i en periode.

I nogle tilfælde kan det hænge sammen med forstoppelse eller begynde med en urinvejsinfektion.

Det er ofte en psykisk og social belastning for både børn og forældre.



Symptomer

Nogle børn mærker ikke, at de skal tisse. Andre skal tisse så pludseligt, at de ikke når ud til toilettet. De kommer ofte til at dryppe i bukserne. Nogle skal tisse meget ofte men kun små mængder. Der kan være en blanding af både små og store uheld, og nogle mærker slet ikke, at de har tisset og går derfor rundt med våde bukser.

Heldigvis er der god hjælp at hente.

Behandling

Barn og forældre udfylder et væske- og vandladningsskema samt en afføringsdagbog. På dette grundlag planlægges individuel behandling.

Klokkeslæt til at tisse:

Der kan være behov for at sætte klokkeslæt på, hvornår barnet skal tisse.

Gode råd ved klokkeslæt til at tisse:

- Tilpas tiderne efter barnets hverdag
- Vær konsekvent
- Undgå diskussioner med barnet
- Giv barnet voksenstøtte og forvent ikke, at barnet selv kan klare det
- Vær tålmodig
- Brug af timer-ur kan være en hjælp



Gode råd

Som udgangspunkt er det vigtigt med gode drikke- og toiletvaner.

Gode drikkevaner

- Drik mellem 1 og 1,2 liter væske i døgnet
- 7-9 dl drikkes inden kl. 16
(drik eksempelvis to glas til morgen og hav en ½ liter drikkedunk med i skole)



Gode toiletvaner

- Husk at dit barn skal tisse ca. hver 3. time
- Lær barnet at lytte til de første signaler på, at han eller hun skal tisse og bed barnet om at gå på toilet med det samme.



- Ro og god tid ved toiletbesøg
- At sidde afslappet og let foroverbøjet (håndled-dene hviler på knæene). Sid med fl ad fod og vandrette lår.
- Vigtigt med fodstøtte (evt. skammel)
- Lyt efter strålen. (Husk at tisse i en jævn stråle, der ikke må blokeres)
- Pres ikke - tisset skal komme ud af sig selv.
Prøv eksempelvis at fl øjte eller synge imens.

- Hos drenge, der står op og tisser, skal under-bukserne ned til knæene (urinrøret kan blive blokeret, hvis tissemanden hviler på underbuksekanten).

Men det er bedst at sidde ned.

- Ved drenge – dup gerne tissemanden medtoilet-papir.
- Barnet skal på toilet som det første om morgenen (også hvis barnet har ble på om natten)
- Barnet skal altid på toilet før sengetid.

