

## ***Informații pentru părinți***

### **Care sunt cauzele Enurezisului (EPN) ?**

Ca afecțiune, Enurezisul este recunoscut ca fiind o problemă doar după vârsta de 5 și atunci când un copil udă regulat patul de trei ori pe săptămână sau mai des. Este bine de știut că Enurezisul poate fi ereditar și cercetările au demonstrat, că dacă unul dintre părinți a fost enuretic când a fost copil, riscul ca și copiii lui/ei, să fie afectați de Enurezis este de aproximativ 40 %, acest procent poate fi mai mare în cazul în care ambii părinți au fost afectați.

În prezent, credem că Enurezisul, numit și enurezis primar nocturn, poate fi determinat de una sau mai multe dintre problemele următoare:

- *Producția de urină nu scade pe timpul nopții* – organismul uman produce un hormon numit vasopresină, pentru a scădea producția de urină din timpul nopții. Dacă ați udat patul, este posibil să nu produceți suficientă vasopresină pentru a reduce producția de urină, astfel rinichii produc mai mult urină decât vezica urinară poate reține.
- *Capacitatea vezicii urinare / instabilitatea vezicii urinare* - vezica urinară este ca un " sac elastic ", care stochează urina produsă de rinichii. Unii din copii care udă patul au o vezică mică, cu o capacitate mai redusă decât valoarea medie a producției de urină, astfel încât aceștia ar putea avea nevoie de a urina mai des. La unele persoane vezica urinară se poate contracta pe măsura ce se umple cu urină, înainte de a fi plină, rezultând din nou în udarea patului. Această problemă este cunoscută sub numele de vezică urinară hiperactivă.
- *Dificultate în a se trezi* - unii copii nu sunt capabili să se trezească atunci când vezica lor este plină și în acest fel ei vor uda patul. Cu toate acestea, dificultatea de a se trezi nu determină singură apariția Enurezisului, aceasta este în mod normal însoțită de una dintre celelalte probleme menționate mai sus.

### **Există un tratament disponibil ?**

Da. Un număr destul de mare de copii își corectează această problemă în momentul în care le este explicată, cu toate acestea, sunt disponibile și tratamente specifice pentru Enurezisul Primar Nocturn. Este important să se consulte un medic specialist pentru un diagnostic corect și recomandarea unui tratament adecvat.

Tratamentele includ:

- *Alarmer trezire pentru enuretici* - aceste alarmer acționează prin trezirea copilului, atunci când acesta începe să ude patul, în timpul nopții, astfel încât copilul să își poată goli vezica la toaletă. Acest lucru va duce la sensibilizarea în cele din urmă a copilului, să răspundă rapid și adecvat la o vezică plină, în timpul somnului. Există două tipuri principale de alarmer: " alarmer de pat ", care

folosesc un senzor montat sub cearceaf, pentru a trezi copilul și "alarme purtate pe corp", care utilizează un senzor plasat în chiloți .

- *Educarea vezicii urinare* - acesta este un program pe care medicul dumneavoastră îl va recomanda dacă este cazul și care ajută copilul în a-și controla vezica urinară.
- *Tratamentul medicamentos* :
  1. *Educarea vezicii urinare și medicamente relaxante ale vezicii urinare* - tratamentul pentru scăderea hiperactivității vezicii urinare necesită educarea vezicii urinare în combinație cu un medicament relaxant al acesteia. (Medicul dumneavoastră vă poate prescrie acest lucru dacă este cazul). Educarea vezicii urinare poate implica aportul crescut de lichide și mai multe excursii la toaletă. Acest lucru ajută la relaxarea mușchilor din jurul vezicii urinare astfel încât să nu se contracte și să se golească înainte de a fi complet plină.
  2. *Medicația antidiuretică* – aceasta include produse terapeutice care , atunci când sunt luate la culcare , acționează prin scăderea producției de urină în timpul nopții și reduc riscul de Enurezis. (Medicul dumneavoastră vă poate prescrie aceasta medicație dacă el consideră că este cazul ).

### **De ce nici unul dintre copiii prietenilor mei nu udă patul ?**

Enurezisul Primar Nocturn (EPN) este o problemă mult mai frecventă decât cred mulți părinți. Cei mai mulți copii sunt în măsură să rămână uscați pe timpul nopții după ce împlinesc 5 ani. Cu toate acestea, dacă această afecțiune este lăsată netratată, ea poate persista, astfel că la 7 ani și jumătate, 15 copii din o sută udă uneori patul. Aceasta înseamnă că într-o clasă de 30 de elevi, 4 sau 5 dintre aceștia ar putea fi afectați de enuresis . În general, afecțiunea este mult mai frecventă la băieți decât la fete.

Gravitatea Enurezisului variază pentru copii cu vârsta de 7 ani și jumătate:

- 12 copii din o sută, udă patul mai puțin de o dată pe săptămână;
- 1 copil din o sută udă patul o dată pe săptămână;
- 3 copii din o sută udă patul de două sau de mai multe ori pe săptămână;

### **Pot să spun copilului meu că într-o zi se va opri din udarea patului ?**

Unul din șase copii se opresc din udarea patului în fiecare an , astfel încât sunt șanse ca acesta să se oprescă din udarea patului până în adolescență, chiar fără nici un tratament sau ajutor.

### **Ce pot face pentru a ajuta copilul meu să nu mai ude patul?**

- În primul rând , încercați întotdeauna să aveți răbdare și înțelegere, atunci când acesta nu se poate abține.
- Încercați să fiți pozitiv și lăudați comportamentele pozitive, atunci când acestea apar, cum ar fi folosirea toaletei înainte de a merge la culcare.

- Nu-l pedepsiți.
- Respectați toate programările făcute de către medicul specialist.
- Asigurați-vă că bea suficiente lichide în timpul zilei și seara.
- Cereți sfatul unui profesionist din domeniul medical.

**Este ceva ce pot face pentru a-l ajuta pe copilul meu să nu mai ude patul atunci când merge să stea la prieteni sau când merge în excursiile/taberele școlare?**

Unele medicamente pot ajuta aproape imediat copiii să aibă nopți uscate. Medicul dumneavoastră va fi în măsură să vă recomande aceste medicamente, dacă va considera că acest lucru este necesar. Există, de asemenea, o serie de produse pe care le puteți cumpăra pentru a ajuta copilul dumneavoastră să se simtă mai în siguranță în timp ce este plecat, cum ar fi protectoarele de pat de unică folosință și pantaloni discreți care conțin tampoane absorbante.

**Ar trebui să-i reduc consumul de lichide copilul meu în timpul zilei, ar a ajuta la problema lui?**

Reducerea volumului de lichide pe care le bea în timpul zilei sau seara nu ajută copilul enuretic. De fapt, consumul mai multor lichide în timpul zilei și un consum normal de lichide seara este recomandat. Încercați să fiți atent la ceea ce copilul bea, pentru a observa dacă un anumit tip de băutură îi produce mai multă urină pe timp de noapte decât celalalte. Astfel, ei pot încerca să nu-l mai bea și să vadă dacă acest lucru îi ajută.

Este deosebit de important să nu bea prea puțin în timpul zilei și apoi să se încerce recuperarea fluidelor după școală sau seara, deoarece copilului dumneavoastră îi va fi sete. Acest comportament este destul de comun la copii care au probleme cu udarea patului (EPN). La fel de important, aceștia nu ar trebui să bea volume extrem de mari de lichide în timpul zilei și seara, deoarece acest lucru va înrăutăți simptomatologia enurezisului.