



MOTNJE MIKCIJE ALI TEŽAVE PRI URINIRANJU

Težave pri uriniranju pri otrocih so večinoma le prehodne težave, katere je z malo truda možno enostavno prebroditi. Zelo pomembno je, da starši z otrokom težavo prepoznajo in ustrezno ukrepajo.

Pri majhnem otroku so mehanizmi uravnavanja izločanja urina še nezreli, urinira pogosto in po malem in potrebuje pleničke. Največ otrok začne uriniranje podnevi kontrolirati po 3. letu starosti, nekoliko kasneje postanejo suhi tudi preko noči. Če otrok v tej starosti še ni popolnoma suh, je to še normalno in družbeno sprejemljivo do 5. leta starosti. Po mednarodnih smernicah gre za nočno močenje postelje šele pri otrocih, starejših od 5 let. Pogostost nočnega močenja po svetu naj bi bila med 6-letniki 10%, med 10-letniki okrog 5% in mladostniki 1%. V Sloveniji v starosti 5 let moči posteljo okrog 8% otrok. Dečki imajo težave pogosteje kot deklice. Pogosteje močijo tudi otroci staršev, ki so kot otroci močili posteljo.

Otroci, ki ponoči močijo posteljo, čez dan urinirajo normalno ali pa jim urin uhaja tudi čez dan. Nekateri otroci imajo težave samo podnevi.

Velikokrat otroci ob igri zadržujejo urin, dokler jim ne uide. Kontrola praznjenja mehurja zanje ni samoumevna, ampak ob zanimivi igri pozabijo na občutek tiščanja na vodo. Preden pridejo do stranišča, jim urin že uide. Mudi se jim nazaj k igri, hitijo in mehurja ne izpraznijo do konca.

Drugi otroci urinirajo pogosto, vendar jim urin kljub temu večkrat uide preden dospejo do stranišča. Gre za prekomerno vzdražen mehur. Pri tretjih gre za stalno uhajanje urina po kapljicah, lahko tudi ponoči ali pa za druge težave, zaradi katerih se lahko pojavljajo tudi okužbe mehurja. Možno je, da gre za prirojeno napako sečil, pri deklicah npr. vraščanje sečevoda v nožnico in ne v mehur.

V splošnem velja, da naj bi starši majhne otroke prijazno vzpodbujali k rednim odhodom na kahlico in kasneje na stranišče najmanj 5 do 7krat dnevno in naj jih ne bi obremenjevali oz. zahtevali uriniranja ravno takrat, ko je igra najbolj napeta. Na stranišču naj bi vedno v miru izpraznili mehur. Navadili naj bi jih, da blato v miru odvajajo vsak dan ali vsaj vsak drugi dan.

Kako poteka pregled pri zdravniku ?



Z otrokom, ki pride k zdravniku zaradi močenja postelje, se najprej prijazno, spoštljivo in vzpodbudno pogovorimo. Otrok ima težavo, ki ga moti in ga je sram. Po pogovoru z otrokom se pogovorimo še s starši. Že iz načina podajanja podatkov uvidimo, v kolikšni meri starše otrokova motnja moti. Najbolje je, če starši že na prvi pregled prinesejo izpolnjen *Vprašalnik o lulanju*.

Sledi pregled otroka. Če gre samo za nočno močenje postelje brez drugih nenormalnosti, zdravnik lahko predpiše zdravilo za zmanjšanje količine izločenega urina ponoči ali pa priporoči alarm za zbujanje ob močenju. Svetuje dodatne ukrepe za vnos tekočine in redne odhode na stranišče. Zdravljenje traja različno dolgo, večinoma vsaj nekaj mesecev. Za uspeh je zelo pomembno, da si otrok želi postati suh in da dobro sodeluje pri izvajanju vseh ukrepov.

Pri otrocih, pri katerih so poleg nočnega močenja postelje prisotne tudi motnje uriniranja podnevi, je potrebno te vedno najprej urediti. Šele po ureditvi vedenjskega vzorca uriniranja podnevi, se lotimo reševanja težave z nočnim močenjem postelje. Potrebni je le malo preiskav, najbolj pomembni so podatki, ki jih otrok in starši zabeležijo v *Vprašalniku o lulanju*: pogostosti odhodov na stranišče, načinu uriniranja, času uhajanja urina, prostornini mehurja, vedenjskem vzorcu pitja. Zdravnik bo na podlagi vseh podatkov svetoval, kako ukrepati.

Za več informacij preberite še:



- **ODVAJANJE OD PLENIČK**
- **SPLOŠNA PRIPOROČILA ZA PITJE, LULANJE IN KAKANJE**
- **NAVODILA ZA PRAVILNO ODVAJANJE BLATA**
- **ZAKAJ MOJ OTROK MOČI POSTELJO**
- **VPRAŠALNIK O LULANJU**

Delovna skupina za motnje mikcije otrok in mladostnikov
Združenje za pediatrijo, SZD, april 2017

