



## NAVODILA ZA STARŠE IN OTROKE ZA PRAVILNO UPORABO ALARMA PROTI NOČNEMU MOČENJU (hlačke z všitimi elektrodami, senzor in oddajnik zvoka)



Večina otrok, ki moči posteljo zelo trdno spi. Občutek tiščanja na vodo prespijo in se zato polulajo v posteljo.

Namen alarma proti nočnemu močenju: vzpodbuditi spontano zbujanje iz spanja zaradi občutka polnega mehurja. Ob lulanju se sproži zvok, ki otroka zbudi. Ob REDNI uporabi VSAKO NOČ se otrok zbujata vedno prej: v začetku šele, ko je popolnoma moker in se alarm oglašata že nekaj minut; kasneje že takoj po prvih kapljicah, ko se alarm komaj začne oglašati; končno pa: še preden se pomoči in se alarm sploh ne oglašata več.

Svetujemo, da z uporabo alarma ne prenehate, dokler ni otrok popolnoma suh vse noči in ga nato uporabljate še najmanj 14 dni.

1. OTROKU PLENIČK NE NAMEŠČAMO VEČ.
2. HLAČKE PEREMO NA ROKE IN NE V STROJU (ZARADI MOŽNE POŠKODBE VŠITIH ELEKTROD).
3. OTROK HLAČKE OBLEČE POD PIŽAMO VSAK VEČER.
4. NA HLAČKE PRIPNE SENZOR.



5. ODDAJNIK ZVOKA NAMESTI V VTIČNICO, ODDALJENO OD POSTELJE IN GA VKLOPI. IZBERE VRSTO ZVOKA IN NASTAVI JAKOST.

6. KO SE OTROK POLULA, SE SIGNAL PRENESE PREKO ELEKTROD DO SENZORJA IN DO ODDAJNIKA ZVOKA, KI SE ZAČNE OGLAŠATI.

7. OTROK SE PO DOLOČENEM ČASU ZBUDI,



VSTANE IZ POSTELJE,  
IZKLOPI ODDAJNIK ZVOKA S PRITISKOM NA GUMB,  
GRE NA WC IN  
SE PREOBLEČE V SUHE HLAČKE, NA KATERE ZNOVA PRIPNE SENZOR.



8. OB REDNI NADALJNI UPORABI ALARMA, SE BO OTROK ZBUDIL ŽE TAKOJ, KO SE BO ODDAJNIK PRIČEL OGLAŠATI.

9. KASNEJE SE BO POSTOPNO PRIČEL ZBUJATI, ŠE PREDEN BI SE ODDAJNIK ZAČEL OGLAŠATI, ŽE SAMO ZARADI OBČUTKA POLNEGA MEHURJA.



10. OTROK SAM LEPI NALEPKE V PRILOŽENI DNEVNIK.

11. OTROK V ZAČETKU UPORABE LAHKO NE SLIŠI ZVOKA ODDAJNIKA. TAKRAT PO DOLOČENEM ČASU STARŠI ZBUDIJO OTROKA. OTROK IZKLOPI ALARM, GRE NA WC IN SE PREOBLEČE V SUHE HLAČKE.

ODSVETUJEMO, DA STARŠI SAMI IZKLOPIJO ALARM IN ŠELE NATO ZBUDIJO OTROKA !

### Oglejte si še:

- **ZAKAJ MOJ OTROK MOČI POSTELJO za starše**
- **SPLOŠNA PRIPOROČILA ZA PITJE, LULANJE IN KAKANJE za starše**
- **PRIPOROČENA TABELA PITJA za otroke**
- **DNEVNIK LULANJA Z ALARMOM za otroke**

Delovna skupina za motnje mikcije otrok in mladostnikov  
Združenje za pediatrijo, SZD, maj 2021

