

Bedplassen bij kinderen

De wektraining en droog-bedtraining

In deze folder geven wij u informatie over de wektraining en de droog-bedtraining met behulp van de plaswekker. De training wordt onder begeleiding van de urotherapeute op de polikliniek kindergeneeskunde in Noordwest gegeven. Een urotherapeute is een deskundige die is gespecialiseerd in plasklachten.

Bedplassen: samen naar een oplossing zoeken

Bedplassen komt vaker voor dan u denkt. Op negenjarige leeftijd plast 1 op de 15 kinderen regelmatig 's nachts in bed. Jongens plassen overigens vaker in bed dan meisjes. Bedplassen is een probleem: voor u, maar zeker ook voor uw kind.

De kinderarts heeft uw kind eerst onderzocht om na te gaan of het bedplassen door een lichamelijke afwijking werd veroorzaakt. Aansluitend werd er misschien ook urine- of bloedonderzoek gedaan, of echografisch onderzoek van de blaas en de nieren. Vervolgens heeft de kinderarts samen met u en uw kind besproken hoe het bedplassen het beste aangepakt kan worden.

Wat kunt u doen tegen het bedplassen van uw kind?

Er zijn verschillende manieren om uw kind 's nachts droog te laten worden. Hierbij speelt de leeftijd van uw kind een belangrijke rol. Bij jonge kinderen (jonger dan 6 jaar) kan het 's avonds even uit bed nemen en laten plassen soms al voldoende zijn. Ook kunt u gebruik maken van een kalender, waarbij uw kind 's ochtends een sticker krijgt wanneer hij of zij 's nachts droog is gebleven.

Bij wat oudere kinderen gebruiken we de plaswekker. Dit is een apparaatje dat is gekoppeld aan een vochtgevoelig broekje. Als uw kind in het broekje plast, loopt het apparaatje af als een wekker.

De wektraining

Bij de wektraining leert uw kind droog te blijven met behulp van de plaswekker. Het is belangrijk dat u hierbij goed advies krijgt en duidelijke afspraken maakt met uw kind. Bovendien moet uw kind leren droog te worden. Dat betekent veel oefenen. Een wektraining kan soms enkele maanden duren. Een enkele keer schrijft de kinderarts uw kind medicijnen voor ter ondersteuning van de wektraining.

De droog-bedtraining

Ook bij deze training wordt de plaswekker gebruikt, echter in combinatie met een wekschema. Deze training is intensiever dan een gewone wektraining. De kinderarts adviseert de droog-bedtraining aan kinderen bij wie de wektraining niet lukt. Ook deze training kan soms enkele maanden duren en de kinderarts kan eventueel medicijnen voorschrijven ter ondersteuning van de training.

Het resultaat

Het lukt verreweg de meeste kinderen die 's nachts in bed plassen, om droog te blijven na de wektraining of de droog-bedtraining. Soms echter kan na verloop van weken of soms maanden het bedplassen weer terugkomen. Dan is het noodzakelijk om opnieuw de training te doen, die dan veelal korter duurt dan de eerste keer. Hierna is het bedplassen meestal voorgoed verdwenen.

Hoe worden de trainingen gegeven?

De trainingen worden op de polikliniek kindergeneeskunde gegeven en begeleid.

Vragen over de folder?

Informatie over Noordwest vindt u op www.nwz.nl

Heeft u naar aanleiding van deze folder vragen over de wektraining of de droog-bedtraining, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek kindergeneeskunde. Afhankelijk op welke locatie uw kind onder behandeling is, neemt u contact op met:

- locatie Alkmaar, telefoon 072 - 548 2950
- locatie Den Helder 0223- 69 6449

De polikliniek kindergeneeskunde is bereikbaar op werkdagen van 8:30 tot 16:30 uur.