

Bedplassen

Bedplassen komt veel voor bij kinderen. Het kan voor het kind én het gezin heel vervelend zijn. Elke ochtend wakker worden in een nat bed. Of niet op schoolkamp durven gaan. Het is een lastig probleem.

Nadat een kind overdag zindelijk is geworden, duurt het vaak nog even voordat een kind ook 's nachts zindelijk is. Als een kind van 5 jaar of ouder 's nachts de urine niet kan ophouden, spreken we over bedplassen. Dit doet een kind niet expres. Kinderen die in bed plassen merken 's nachts niet dat zij moeten plassen. Veel kinderen schamen zich zelfs hiervoor. Het kan invloed hebben op het sociale leven.

Bij een deel van de kinderen gaat het bedplassen vanzelf over. Wanneer het bedplassen blijft, ondanks adviezen en maatregelen, kan uw kind worden doorverwezen naar de polikliniek Urologie.

Wat zijn de oorzaken?

Veel voorkomende oorzaken van bedplassen zijn:

- een te kleine of actieve blaas;
- teveel aanmaak van urine 's nachts;
- verstoorde slaap;

- stress;
- erfelijkheid.

Bij meer dan de helft van de kinderen komt bedplassen in de familie voor. Wanneer één ouder als kind last had van bedplassen is de kans 50%. Dit neemt toe naar 75% als beide ouders last hadden van bedplassen. Er is hierbij geen reden tot genetisch onderzoek.

We maken verschil tussen kinderen die nog nooit 's nachts droog zijn geweest (primair) of kinderen die 's nachts droog waren, maar opnieuw in bed zijn gaan plassen (secundair).

Ook kan het zijn dat bedplassen gepaard gaat met plasklachten overdag.

Hoe verloopt het onderzoek?

Tijdens een bezoek op de polikliniek Urologie stellen we u en uw kind vragen. Vaak krijgt uw kind ook een lichamelijk onderzoek. Wij vragen u een plas- en poepdagboek bij te houden. Eigenlijk zijn het plas- en poepdagboek de belangrijkste bronnen om de oorzaak van het bedplassen aan te tonen. Het is dan ook belangrijk om deze dagboeken goed ingevuld mee te nemen naar de poli. Daarnaast kunnen we een plastest (flowmetrie) bij uw kind doen. Als dit het geval is, krijgt u hier aanvullende informatie over. Ook doen we een urineonderzoek om bijvoorbeeld een blaasontsteking uit te sluiten.

Waar bestaat de behandeling uit?

Als een kind van 5 jaar of ouder nog regelmatig 's nachts in zijn of haar bed plast, kan dat meestal worden opgelost met adviezen, een training of soms met medicijnen. Dit hangt af van de oorzaak. Ook weten wij dat veel kinderen 's nachts vanzelf droog kunnen worden zonder een behandeling.

Adviezen

- Laat uw kind goed drinken overdag (minimaal 1,5 liter).
- Laat uw kind regelmatig plassen overdag (6 tot 7 keer).
- Let er op dat uw kind dagelijks poept.
- Laat uw kind 2 uur voor het slapen gaan niet meer drinken.
- Laat uw kind voor het slapen gaan plassen. Daarna een half uurtje rustig lezen op bed en daarna nog een keer plassen (plassen, lezen, plassen).
- Laat uw kind vlak voor de nacht nog een keer plassen.
- Straf uw kind niet als het in bed geplast heeft.
- Complimenteer uw kind als het 's nachts droog is gebleven.

Wanneer uw kind overdag 6 tot 7 keer drinkt en plast, zal de blaas regelmatig vol en leeg raken. Uw kind leert deze seintjes te herkennen en leert erop te reageren.

Als uw kind voor het slapen gaan en vlak voor de nacht plast, zal hij/zij met een lege blaas de nacht in gaan. Hierdoor wordt de kans dat uw kind 's nachts in bed plast kleiner.

Als uw kind moeite heeft met poepen, kan dit ook van invloed zijn op het bedplassen. Het kan dan nodig zijn met medicijnen te starten om de poep soepel te maken.

Training

Urotherapie

In het Juliana Kinderziekenhuis (JKZ) kan een urotherapeut u en uw kind begeleiden. De urotherapeut is gespecialiseerd in kinderen met incontinentieproblemen. De urotherapeut heeft eerst een gesprek met de uroloog. Daarna krijgt u een uitnodiging voor een intakegesprek. Naar aanleiding van dit gesprek stelt de urotherapeut een behandelplan op. De urotherapeut begeleidt jullie tijdens de behandeling.

Plaswekker

Soms is er na de gevolgde adviezen meer nodig om een kind 's nachts wakker te laten worden van het signaal van de blaas. Met een plaswekker leert uw kind om wakker te worden van een volle blaas.

Uw kind krijgt een speciaal broekje aan dat (soms draadloos) verbonden is aan een wekker. De wekker kan een trikkussen zijn en/of een alarm. Meteen nadat het broekje nat wordt gaat de wekker af. Op deze manier leert de plaswekker uw kind om wakker te worden van een volle blaas.

Het is de bedoeling dat uw kind de wekker zélf uitzet als deze afgaat. Voordat u hiermee begint, kunt u uw kind laten zien wat

de bedoeling is. Het kan zijn dat uw kind niet zelf wakker wordt van de wekker. Dan is het belangrijk dat u uw kind wakker maakt. Daarna zet uw kind de wekker zelf uit. Dit kan erg intensief zijn, maar 80% van de kinderen blijft op deze manier droog.

U krijgt van ons informatie over de plaswekker en waar u deze kunt kopen. Bij de plaswekker zit een gebruiksaanwijzing.

Medicijnen

Desmopressine (Minrin R)

Desmopressine is een medicijn dat regelmatig gebruikt wordt bij bedplassen. Het zorgt ervoor dat de nachtelijke urineproductie verlaagt. De urine die 's nachts gemaakt wordt, past daardoor beter in de blaas. Desmopressine werkt direct. Het kan éénmalig worden gebruikt, bijvoorbeeld bij een schoolreisje, maar ook dagelijks voor langere tijd.

Als het effect heeft, kan het veilig voor lange tijd door kinderen worden gebruikt. Ongeveer na drie maanden wordt de desmopressine afgebouwd. We bespreken dan of het gebruik ervan nog nodig is.

Desmopressine is er in twee vormen: een smeltvorm en een pil. Uw kind neemt dit medicijn 's avonds in, ongeveer 1 uur vóór het naar bed gaan. 1 uur voor het innemen raden wij aan dat uw kind niet meer drinkt. Het is ook beter als uw kind 8 uur ná

het innemen van dit medicijn niet meer drinkt. Dit zorgt voor een goede werking van het medicijn.

Spasmolytica (Oxybutinine, Tolterodine)

Spasmolytica zijn medicijnen die de overactiviteit van de blaas verminderen. Afhankelijk van het medicijn kan het één, twee of drie keer per dag gebruikt worden. De behandelend arts overlegt dit met u.

Uit meer studies blijkt dat boven genoemde medicijnen bij kinderen veilig gebruikt kunnen worden. Het is belangrijk om te weten dat obstipatie (verstopping, niet kunnen poepen) een bekende bijwerking is. Een weinig voorkomende bijwerking is minder zweten. Daarom wordt geadviseerd het medicijn niet te geven als de temperatuur buiten boven de 30 graden Celsius is.

Soms wordt een combinatie van beide medicijnen (desmopressine en spasmolytica) voorgeschreven.

Evaluatie

Na een maand of 3 volgt een evaluatie op de polikliniek Urologie van het Juliana Kinderziekenhuis. Vaak heeft het tijd nodig voordat het bedplassen minder wordt. Een groot deel van de kinderen is 's nachts droog als zij naar de middelbare school gaan.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Dan kunt u overleggen met het belteam van het JKZ via telefoonnummer (070) 210 7212.

Bent u de **plas- en/of poeplijst kwijt geraakt**? Stuur dan een mail naar: JKZpolikliniek-urologie@hagaziekenhuis.nl. Wij sturen u dan nieuwe lijsten toe.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this

brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

247901082023