

Droog verhaal over bedplassen

Kijk voor meer informatie op www.behandelbedplassen.nl

De laatste druppel

Bedplassen komt vaker voor dan je denkt

Je kijkt er misschien vreemd van op, maar alleen in Nederland al hebben meer dan 100.000 kinderen boven de zes regelmatig last van bedplassen. 10% van de 4-7 jarigen is een bedplasser. Van de volwassenen plassen nog altijd 120.000 mensen in Nederland in bed.

Bedplassen kan een groot probleem zijn. Natuurlijk in de eerste plaats voor de bedplasser zelf. Hij of zij kan er erg onzeker van worden en kan er een negatief zelfbeeld van krijgen. Zeker wanneer de familie negatief reageert op de plasproblemen. Daarnaast kan bedplassen een nadelige invloed op het sociale leven hebben. Hoe ouder de bedplasser, hoe zwaarder dit aspect weegt.

Waarom plast iemand in bed?

Waarom iemand in bed plast is moeilijk te zeggen. Het is moeilijk één oorzaak voor bedplassen aan te wijzen. Soms is het een combinatie van factoren, soms is het 'waarom' helemaal niet vast te stellen. Er is zelden een ernstige lichamelijke oorzaak. Slechts in een enkel geval komt het probleem voort uit ziekte: een urineweg-ontsteking, nier- of urinewegafwijkingen of suikerziekte. Wel heeft een onderzoek uitgewezen dat veel bedplassers 's nachts meer urine produceren dan niet-bedplassers.

Er is in het lichaam een stof die de urineproductie regelt, dat is het lichaams-eigen 'antidiuretisch hormoon'(ADH). Men heeft ontdekt dat er bij sommige mensen 's nachts een tekort is aan dit hormoon. Daardoor maakt het lichaam meer urine dan normaal. Dit kan tot bedplassen leiden. Erfelijkheid speelt ook een rol. Heeft één of beide ouders lang in bed geplast, dan zal dit bij hun kinderen vaak ook zo zijn. Emotionele of psychische problemen zijn meestal niet een oorzaak van bedplassen maar eerder een gevolg ervan. Men denkt wel eens dat bedplassers te diep slapen waardoor ze niet op tijd wakker worden voor een plas, maar

onderzoek heeft aangetoond dat bedplassers niet dieper slapen dan andere mensen en dat het plasprobleem bovendien ook in de lichte slaap voorkomt. Wel is het zo dat bedplassers niet wakker worden van het gevoel van een volle blaas.

Wat is er te doen aan bedplassen?

Over het algemeen moet een kind ouder dan 5 jaar 's nachts droog kunnen blijven. Plast iemand boven de 6 jaar regelmatig 's nachts in bed, dan spreken we van bedplassen. Bedplassen kan soms tot problemen leiden, zoals een verminderd zelfvertrouwen van het kind. Zeker wanneer een kind aangeeft het een probleem te vinden, is het verstandig naar de huisarts te gaan. De huisarts kan twee dingen voor u doen. Ten eerste onderzoeken of het probleem door een lichamelijke afwijking wordt veroorzaakt. Dit is maar bij 2% van de bedplassers het geval.

Is de oorzaak minder goed aanwijsbaar, dan kan de arts u een aantal behandelingsmogelijkheden en hulpmiddelen voorleggen. We zetten ze op een rijtje.

🔥 Afwachten en geruststellen

Jaarlijks gaat bij één op de zeven kinderen de kwaal vanzelf over. Een nadeel van te lang wachten kan zijn dat het kind het zelfvertrouwen verliest. Is het kind zes jaar of ouder en is het bedplassen duidelijk een probleem, dan is het tijd er iets aan te doen.

🔥 Wekken en opnemen van het kind

Ouders kunnen het kind vóór ze zelf gaan slapen opnemen en laten plassen. Dit kan alleen bij kinderen die na het opnemen weer snel in slaap vallen, want het kind moet wel goed wakker gemaakt worden. Wanneer het kind half slapend plast, bevordert dit juist het bedplassen.

Droog verhaal over bedplassen

Kijk voor meer informatie op www.behandelbedplassen.nl



De laatste druppel

Plaskalender

Bij dit hulpmiddel mag het kind voor elke droge nacht een smiley tekenen op de kalender. Als het kind bijvoorbeeld woensdagmorgen wakker wordt en het bed is droog, dan mag er op woensdag een smiley worden getekend. Iedere smiley erbij betekent dat het kind vooruit gaat. En is het een keer niet gelukt? Dan wordt het een wat minder vrolijke smiley.

Plaswekker

De plaswekker is een apparaatje dat afloopt zodra de pyjamabroek of de onderlegger nat wordt. Het kind kan dan alsnog naar het toilet gaan. Vervelend is dat de wekker soms iedereen wakker maakt, behalve het kind. Bij vaker plassen per nacht gaat de wekker ook meerdere keren af. Bij deze methode is er een goede motivatie en discipline van zowel ouder als kind nodig.

Geneesmiddelen

Veel bedplassers maken 's nachts te weinig van het lichaams-eigen 'antidiuretisch hormoon'(ADH) aan. Daardoor produceren de nieren meer urine dan de blaas kan bevatten. Als het kind niet wakker wordt van de volle blaas plast het in bed. Er zijn geneesmiddelen, Minrin (smelt) tabletten, die deze oorzaak aanpakken waardoor de klachten tijdens de behandeling belangrijk verminderen of zelfs volledig onderdrukt worden. De smelt tabletten kunnen 's avonds, zonder te drinken, worden ingenomen.

Imipramine en amytriptiline zijn antidepressiva die in principe ook gebruikt worden, maar vanwege de veiligheid gebeurt dat niet vaak meer. Hoe deze middelen bij bedplassen werken is onbekend. Geneesmiddelen worden vaak toegepast om een kind tijdelijk (bijvoorbeeld tijdens vakanties of logeerpartijen) van het bedplassen te verlossen. Soms worden geneesmiddelen gebruikt in combinatie met andere behandelings-mogelijkheden, bijvoorbeeld de plaswekker. Op deze manier wordt geprobeerd om definitief van het bedplassen af te komen.

Lees vóór gebruik van geneesmiddelen de bijsluiter

Voor gebruik is het nodig eerst de bijsluiter te lezen. Ook als het middel al eerder is gebruikt blijft het belangrijk om de bijsluiter te controleren. De bijsluiter kan veranderd zijn, er worden steeds de nieuwste inzichten over het gebruik in opgenomen.

Meer informatie over bedplassen

De huisarts kan meer informatie over bedplassen verstrekken. Wie meer wil weten kan ook terecht bij het Nederlands Droogbedcentrum, telefoonnummer: 0522-233850 (maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 12.00 uur) of kijk op www.minrinmelt.nl, www.kenniscentrumbedplassen.com.

Deze folder is een uitgave van Ferring B.V., Hoofddorp. Ferring brengt het geneesmiddel Minrin op de markt. Deze informatiefolder is bedoeld als aanvulling op de informatie van uw apotheker en arts, niet ter vervanging daarvan. Voor vragen over uw gezondheid of die van uw kind dient u contact op te nemen met uw huisarts. In de apotheek krijgt u specifieke informatie over geneesmiddelen.