

Je bent een kanjer! Zet m op!



FERRING
PHARMACEUTICALS

Ferring B.V., Postbus 184, 2130 AD Hoofddorp

Droog verhaal over bedplassen

Bedplassen is niet leuk en komt best vaak voor. Een op de zeven jonge kinderen overkomt het wel eens. Je hoeft je er dus echt niet voor te schamen. Het gaat vaak vanzelf over, maar soms heb je wat hulp nodig. Deze kalender kan je daarbij helpen.

Hoe komt het?

Bij het ene kind duurt het nou eenmaal wat langer om droog te worden dan bij het andere kind. Het kan zijn dat je 's nachts te weinig van het hormoon 'vasopressine' aanmaakt. Daardoor produceren je nieren meer urine dan je blaas kan bevatten. Vaak word je niet op tijd wakker om te plassen. Of het kan zijn dat je papa of mama vroeger ook in bed hebben geplast.

Plaskalender

Een plaskalender kan je helpen om van bedplassen af te komen. Elke keer als je een nacht droog bent gebleven, mag je een smiley tekenen op de kalender. Als je bijvoorbeeld woensdagmorgen wakker wordt en je bed is nog droog, dan mag je op die woensdag een smiley tekenen. Iedere smiley erbij betekent dat je vooruit gaat. En is het een keer niet gelukt? Dan wordt het een wat minder vrolijke smiley. Volgende keer beter. Veel succes!

Wat kan de dokter doen?

De dokter kan je vaak helpen. Je zult zien dat het dan snel beter lukt om je bed droog te houden. Want als je gaat logeren, op schoolkamp of op vakantie gaat, dan wil je toch liever van dat bedplassen af zijn?



Zet 'm op!



Teken voor elke droge nacht een smiley op de kalender en anders een niet zo vrolijke smiley. Dan zie je meteen hoe goed je vooruit gaat!



	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Week 1							
Week 2							
Week 3							
Week 4							
Week 5							
Week 6							



Deze plaskalender is bestemd voor het ondersteunen van patiënten met bedplassen.

www.kenniscentrumbedplassen.com

