

Προβλήματα Ενούρησης- Απέκκρισης

Ενούρηση

Οι ηλικίες στις οποίες μαθαίνουν τα παιδιά να ελέγχουν την κύστη τους κυμαίνονται από 2 έως 5 χρονών. Άλλα παιδιά χρειάζονται περισσότερο και άλλα λιγότερο

χρόνο για να μάθουν να παραμένουν στεγνά κατά τη διάρκεια της μέρας και της νύχτας.

Αν το παιδί σας είναι πάνω από πέντε χρονών και δεν έχει ακόμα καταφέρει να μάθει να ελέγχει την κύστη του τότε μπορεί να αναπτύσσεται με αργούς ρυθμούς.

Αν όμως έχει υπάρξει περίοδος στο παρελθόν που το παιδί είχε μάθει να πηγαίνει στη τουαλέτα και να μην 'βρέχεται' και τώρα δεν τα καταφέρνει, θα πρέπει να αναρωτηθείτε για τις πιθανές αιτίες.

Οι λόγοι ποικίλλουν. Αν το παιδί 'βρέχεται' στον ύπνο του, παρατηρείστε πότε βρέχεται. Μήπως συμβαίνει όταν είναι κουρασμένο ή όταν έχει πιει πολλά υγρά πριν κοιμηθεί; Σιγουρευτείτε ότι έχει πάει στην τουαλέτα πριν πέσει στο κρεβάτι.

Σκεφτείτε αν έχει υπάρξει κάποια αλλαγή στη ζωή του παιδιού (π.χ. αρχή της σχολικής περιόδου, γέννηση αδελφών, νοσηλεία σε νοσοκομείο κλπ) που να το δυσκολεύουν ή να του έχουν προκαλέσει άγχος.

Πολλά παιδιά 'βρέχονται' και κατά την διάρκεια της μέρας. Αυτό ίσως συμβαίνει γιατί μπορεί το παιδί να ξεχνιέται με την δουλειά ή το παιχνίδι ή να αναβάλλει να πάει στην τουαλέτα μέχρι να είναι πολύ αργά. Αν συμβαίνει σε χώρους εκτός σπιτιού, όπως στο σχολείο, ρωτήστε το παιδί σας μήπως για κάποιο λόγο δεν θέλει να χρησιμοποιήσει την τουαλέτα ή μήπως ντρέπεται να ζητήσει από την δασκάλα να πάει στην τουαλέτα.

Σε κορίτσια μεγαλύτερης ηλικίας, θέλει προσοχή γιατί η ακράτεια μπορεί να οφείλεται σε ουρολοιμώξεις που χρήζουν ιατρικής φροντίδας.

Είναι σημαντικό να προσπαθήσετε να βρείτε την αιτία για να μπορέσετε να βρείτε τρόπους να το αντιμετωπίσετε. Αν παρά τις προσπάθειες, η συμπεριφορά επιμένει, μπορείτε να επισκεφθείτε έναν ειδικό που θα σας ενημερώσει για τις τακτικές που είναι δυνατόν να βοηθήσουν

Εγκόπριση

Ως πρόβλημα εγκόπρισης θεωρείται όταν το παιδί κάνει συχνά 'κακά' επάνω του ή σε ακατάλληλα μέρη (π.χ. πάτωμα), συνήθως ακούσια (χωρίς να το θέλει), ενώ έχει κατακτήσει τον έλεγχο των σφιγκτήρων.

Οι λόγοι μπορεί να ποικίλλουν.

Είναι πιθανό να οφείλεται σε σωματικές αιτίες όπως είναι η δυσκοιλιότητα ή πόνος κατά την αφόδευση, οπότε ένας παιδίατρος είναι ο πιο αρμόδιος να σας συμβουλευσει.

Επίσης, συχνή αιτία είναι να μην έχει μάθει το παιδί σωστές πρακτικές τουαλέτας. Υπάρχει περίπτωση η άρνηση να πηγαίνει στην τουαλέτα να είναι μέρος μιας γενικής συμπεριφοράς αντίδρασης στο να κάνει αυτά που του ζητάτε.

Δεν θα πρέπει να αποκλείονται και οι συναισθηματικοί λόγοι για την επανεμφάνιση αυτής της συμπεριφοράς, όπως ο αποχωρισμός από τους γονείς, ένας θάνατος, ή η γέννηση ενός αδελφού ή το να πάει το παιδί σχολείο, κάποια επίθεση που ίσως δέχθηκε. Θα πρέπει να ψάξετε πιθανά γεγονότα που αναστατώνουν το παιδί.

Αν η συμπεριφορά αυτή επιμείνει, ένας ειδικός μπορεί να σας προτείνει αποτελεσματικούς τρόπους αντιμετώπισης.

Το να κατηγορείτε ή να μαλώνετε το παιδί σε τέτοιες περιπτώσεις δεν έχει καμία χρησιμότητα. Δεν είναι κάτι το οποίο γίνεται εσκεμμένα ενώ είναι σίγουρο πως η τιμωρία θα χειροτερέψει την κατάσταση γιατί θα του προκαλέσει άγχος. Άλλωστε τα προβλήματα αυτά, μπορεί να περιορίσουν τις δραστηριότητες του (π.χ. να μην πάει στην κατασκήνωση), να του δημιουργήσουν προβλήματα απόρριψης από τους συνομηλίκους του (κοροϊδία) , χαμηλή αυτοεκτίμηση (ντροπή, φόβος), οπότε να το επιβαρύνουν συναισθηματικά και ψυχολογικά.

Και στις δύο αυτές διαταραχές που αναφερόμαστε σήμερα, η συμπεριφορά των γονέων παίζει σημαντικό ρόλο στη γένεση του προβλήματος.

Δύο τύποι συμπεριφοράς παρατηρούνται: η *παραμέληση* και η *καταπίεση*. Και οι δύο συμπεριφορές έχουν σαν αποτέλεσμα τη λανθασμένη επικοινωνία με το παιδί, οπότε οι γονείς δεν αντιλαμβάνονται πότε το παιδί τους είναι έτοιμο να καθοδηγηθεί, να ελέγξει και να πειθαρχήσει τις βιολογικές του ανάγκες.

Του Δημήτρη Ψαθά