

Kinderen met plasklachten overdag (dysfunctional voiding)

Inleiding	2
Hoe werkt het plassen normaal?	2
Dysfunctional Voiding	2
Wat kan er aan gedaan worden?	3
Thuis trainen	3
Tenslotte	4

Inleiding

Deze folder geeft informatie over de begeleiding van kinderen op de Plas- en Poeppoli met plasklachten overdag ten gevolge van een verkeerde manier van plassen (oftewel dysfunctional voiding).

Hoe werkt het plassen normaal?

Wanneer de blaas gevuld is met plas, krijgt het kind het gevoel dat het moet plassen; dat noemen we aandrang. In de normale situatie is het gevoel van aandrang niet zo sterk dat het kind naar een wc moet rennen. Er kan rustig een wc worden opgezocht. Als de blaas nog niet zo heel vol is, kan het gevoel van aandrang ook weer verdwijnen maar het komt na een tijdje, als de blaas nog voller is geworden, weer terug.

Dysfunctional Voiding

Kinderen kunnen een verkeerde manier van plassen ontwikkelen of medisch gezegd “dysfunctional voiding” hebben. Zij houden de sluitspier en bekkenbodemspieren constant gespannen; niet alleen als ze aandrang hebben maar ook tussendoor. Deze kinderen hebben geleerd de signalen van de blaas te negeren. De blaas trekt wel samen maar daar letten ze niet op. Daarbij houden ze hun sluitspieren de hele tijd strak om ongelukjes te voorkomen. Je kunt zeggen dat ze voortdurend de noodrem gebruiken. Daardoor lukt het niet meer om de sluitspier tijdens het plassen te ontspannen. Veel kinderen gaan dan buikdruk gebruiken en proberen de blaas met de buikspieren leeg te duwen. Meestal komt de plas dan in kleine beetjes. Hun blaasinhoud is dikwijls groter dan normaal en de blaasspier is minder krachtig. Deze kinderen herkennen plasaandrang vaak niet meer en gaan niet vaak genoeg plassen.

Omdat het constant ophouden eigenlijk te veel is gevraagd van de sluitspier, hebben veel van deze kinderen regelmatig een natte onderbroek. Ook is er een grote kans op een urineweginfectie omdat er vrijwel altijd urine achterblijft in de blaas. Als deze verkeerde wijze van plassen lang blijft bestaan, kan het kind een te grote blaas (hypo actieve blaas) of een verstopping (obstipatie) ontwikkelen. Hierdoor neemt de kans op een urineweginfectie nog meer toe. Ook voelt het kind de aandrang voor urine daardoor (nog) minder goed.

Wat kan er aan gedaan worden?

Om de plasklachten op te lossen, is voorlichting, training en advies nodig. In sommige gevallen wordt de training ondersteund met medicijnen zoals bijvoorbeeld een lage dosering antibiotica of een laxeermiddel. In enkele gevallen vindt er een verwijzing plaats naar een (kinder) bekkenfysiotherapeut of kinderuroloog.

3

Thuis trainen

U krijgt als ouder/verzorger de rol van enthousiaste supporter. Iedere avond beoordeelt u het resultaat van de opdracht(en) en bekrachtigt dit bijvoorbeeld door er een leuke opmerking bij te schrijven. Na een aantal weken moet uw kind terugkomen op de polikliniek om het resultaat te bespreken. Tussentijds vinden ook telefonische afspraken en/of mailcontacten plaats. Bij een goed resultaat kan de training langzaam afgebouwd worden. Bij positieve afronding van de training ontvangt uw kind een diploma.

In sommige gevallen verbeteren de plasklachten weinig en blijft een goed resultaat uit. Het kan zijn dat de training voor uw kind nog te moeilijk is of dat het voor uw kind niet het juiste moment is om met de training te starten.

Ook kan het zijn dat er op gedragsmatig gebied meer speelt. Er wordt dan, in overleg met de kinderurotherapeut, de kinderarts, de ouder/verzorger en het kind, besloten een pauze in te lasten of een verwijzing naar de kinderpsycholoog in gang te zetten.

Tenslotte

In het algemeen is het zo dat gedurende de training uw kind met kleine stapjes vooruit zal gaan. Soms kan uw kind een terugval hebben. Dit is heel gewoon! Denk maar aan topsport; daar wordt ook het ene moment een goede prestatie geleverd, terwijl het de volgende dag weer minder gaat. Wel geldt altijd dat de kans op succes het grootst is als uw kind gemotiveerd is.