Автор: admin
04.12.2013 21:57 -

# Как справиться с проблемой детского энуреза?

Врачи определяют понятие **энурез** как непроизвольное мочеиспускание во время ночного или дневного сна у ребенка с установившимся контролем за мочеиспусканием, не соответствующим возрасту. Что касается возраста, то специалисты считают энурез болезнью у ребенка старше 5 лет.

Если малышу больше пяти, а сюрпризы недержания мочи во сне он может преподносить не реже 2 раз в месяц, то в этом случае стоит обратиться к врачу. Если малыш младше этого возраста, то такая проблема врачами допускается и свидетельствует о неслаженной работе нервной системы ребенка. А если быть точнее, то о незрелости некоторых рефлексов, которые регулируют процесс освобождения мочевого пузыря.

**Некоторую роль в возникновении энуреза у ребенка играет наследственный фактор**: если один из родителей страдал этим заболеванием, то вероятность того, что ребенок может заболеть составляет 40-50%. А также мальчики подвержены больше этому заболеванию, чем девочки.

**Механизм формирования навыка контроля над мочеиспусканием довольно сложен и формируется поэтапно**. Соответственно каждому возрасту выделяют следующие этапы контроля:

*– к 1,5 годам ребенок способен сообщить окружающим о том, что он мокрый;*
*– в 2,5 года он уже не писается в штанишки днем;*
*– к 3,5 годам проблема мокрых простыней обычно бывает решена;*
*– до 4 лет каждый второй ребенок время от времени может написать в кровать, и это считается нормой;*
*– к 5 годам ребенок просыпается и просится на горшок сам.*

Дальше проблем с непроизвольным мочеиспусканием быть не должно.

**А как это происходит на физиологическом уровне?** Сначала ребенку предстоит

научиться управлять сфинктерами – так называют мышцы, которые закрывают выходное отверстие мочевого пузыря. Они командуют его активностью, пока ребенок не спит, а уже позже он учится просыпаться в то время, когда мочевой пузырь подает сигнал о том, что полон.

Примерно в это же время в организме ребенка начинает вырабатываться особенный гормон – антидиуретический (вазопрессин), который сдерживает выработку мочи ночью в большом количестве, но выработка этого гормона происходит постепенно и поначалу его не хватает для того, чтобы предотвратить «утечку». В ожидании налаживания работы всех этих механизмов стоит запастись терпением и ни в коем случае не ругать ребенка за казусы во время сна. Ускорить процесс контроля также не под силу – этот процесс естественный и протекает в соответствии с особенностями развития человека.

Вернемся к тому, что ребенку больше 5 лет, а у него по-прежнему возникают «утечки». Какие могут быть выявлены причины заболевания, к чему надо быть готовыми?

**Чаще всего главными причинами ночных неурядиц оказываются либо маленькие размеры мочевого пузыря, либо недостаточная выработка в организме антидиуретического гормона**. Эти причины врачи называют «нейрогенной дисфункцией мочевого пузыря», что подразумевает нарушения в работе мочевого пузыря из-за проблем в работе нервной системы на разных уровнях.

Врач, для того чтобы выявить причину болезни, может назначить ребенку пройти два теста. Первый измеряет уровень емкости мочевого пузыря. Для этого в специальную колбу со шкалой собирают мочу ребенка за один раз. Делают это обычно днем. Полученный результат сравнивают с функциональной емкостью мочевого пузыря, которая рассчитывается по формуле: (возраст ребенка + 2) х 32.

*Для пятилетнего ребенка эти расчеты выглядят так: (5+2) х 32 = 224 мл.* Результаты теста считаются нормальными, если за один «подход» собирается 70% от функциональной емкости мочевого пузыря. Для пятилетнего ребенка – это примерно 160 мл мочи. Если результат значительно меньше, то ясно, что вместимость мочевого пузыря маленькая.

Для лечения этой проблемы стоит попробовать программу под названием «будильник». Для этого ребенка не поите много на ночь (последний прием жидкости примерно за час до сна), высаживайте почаще на горшок, для чего будите ночью (ночные пробуждения по расписанию). Ребенок быстро привыкнет к такому режиму, но будьте тверды и не отступайте от установленного порядка. Постепенно ребенок научится сдерживать себя и проблема будет решена.

Второй тест направлен на выявление объема ночного мочеиспускания, он похож на первый, поэтому не буду вдаваться в подробности исследования. Вывод этого теста заключается в следующем: если объем ночной мочи превышает установленную норму, то у ребенка проблемы с выработкой антидиуретического гормона. В этом случае доктор назначит специальный препарат, который компенсирует его нехватку в организме ребенка.

Другой причиной непроизвольного мочеиспускания может быть **мочевая инфекция**, которую обычно лечат антибиотиками по назначению врача. Также в обследование может быть включено УЗИ органов таза, для того чтобы исключить дефекты врожденной патологии мочевого пузыря и почек.

Наконец, вам могут предложить консультацию врача-психолога. Если малыш очень активный, ему трудно сосредоточиться, у него могут быть психологические проблемы, проявляющиеся в виде энуреза. Но и спокойные дети тоже могут реагировать таким образом на различные стрессовые ситуации: развод родителей, переезд, проблемы в саду или школе. В этом случае ребенку может оказать помощь специалист, а задача родителей – поддержать ребенка в решении его проблемы.

Добрые отношения в семье и любовь к ребенку помогут вместе победить болезнь. Не стоит ее бояться и стесняться, проблема решаема, главное, запастись терпением.

Автор - **Марина Ерошкина**
Источник