



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی
سید صدوقی یزد

مرکز بهداشت استان یزد

شب ادراری



گروه پیشگیری و مبارزه با بیماریها
واحد بهداشت روان

۱۰- سعی کنید محل خواب کودک تا حد امکان گرم باشد.

۱۱- در انجام اقدامات فوق و عدم حل مشکل شب ادراری ، کودک را باید به روانپزشک ارجاع داد.

۵- دارودرمانی هم در بهبود این اختلال مؤثر است . اما به هر حال موفقیت آن همراه با موارد بالا می باشد.

۶- امیدوار کردن فرد با نتایج درمان

۷- عدم سرزنش و تنبیه کودک و علنی نکردن شب ادراری.

۸- وادار کردن کودک به تمیز کردن خود و لباس کثیف شده

۹- تشویق کودک در زمانهایی که شب ادراری نداشته است.



شب ادراری (ناتوانی کنترل ادرار)

کودکانی که به سن ۵ سالگی می رسند باید توانایی نگهداری و کنترل ادرار خود را داشته باشند حال اگر با رسیدن به سن ۵ سالگی با سطح رشدی مناسب بدون هیچ دلیل جسمی و مشکلات پزشکی و یا مصرف بر خور از داروها کنترل ادرار صورت نگیرد و این مسئله ۲ بار در هفته به مدت ۳ ماه پیاپی باشد فرد مبتلا به اختلال بی اختیاری ادرار خواهد بود .



شب ادراری ممکن است خواه عمدی و یا غیر عمدی باشد در واقع ترس ، اضطراب ، از دست دادن مهر و محبت والدین ، تولد کودک دیگر ، جلب نظر والدین ، ترس از تنبیه و در بچه های بزرگتر مشکل در مدرسه و دوستان و در کل هیجانات مختلف در کودک مهمترین علل بیماری هستند. وجود نشانه هایی نظیر مکیدن انگشت ، کج خلقی ، لج بازی و سایر مشکلات رفتاری همراه با این اختلال است ، زیرا عدم کنترل ادرار نیز به نوبه خود بر روان کودک اثر می گذارد و سرزنش و تنبیه از طرف والدین باعث احساس ناراحتی و ضعف شده و بر شدت عدم کنترل ادرار می افزاید. والدین باید سعی کنند با آرامش و صبر با کودکان برخورد کنند ، باید از توبیخ و تنبیه کودک خودداری کرد و با این عمل او را متوجه ساخت که عدم کنترل ادرار عمل زشت و شرارت نیست بلکه نوعی بیماری است.

درمان شب ادراری

- ۱- تشویق کودک به بیان مشکلات خود و اصلاح رابطه کودک و اعضاء خانواده
- ۲- از بین بردن جو اضطراب زا برای کودک
- ۳- قبل از رفتن به رختخواب کودک را به دستشویی بفرستید و نیز ۲ ساعت پس از خواب او را برای رفتن به دستشویی بیدار کنید.
- ۴- نوشیدن آب در روز اما محدود کردن مصرف مایعات توسط کودک در عصر و شب به مدت یکماه به جزء مواردی که کودک تب و یا اسهال دارد.

