

مشكلات التبول وعلم النفس/الطب النفسي

نشرة معلومات من الأكاديمية السويدية للتبول اللاإرادي (Svenska enuresakademin)،

www.svenskaenures.se

هناك العديد من الأفكار الخاطئة حول الصلات بين المثانة والروح. من خلال نشرة المعلومات هذه نرغب في الحد من تلك المفاهيم بشأن تلك الأمور.

التبول اللاإرادي لأسباب نفسية؟

لقد كان يُعتقد في السابق أن الأطفال يببولون على أنفسهم (بالنهار أو بالليل) لأسباب نفسية - بسبب تنشئة سيئة، أو تجارب صعبة، أو عدم النضج الروحي. نحن نعلم الآن أن هذا ليس صحيحاً. يرجع سلس البول إلى عوامل جسدية، وغالباً ما تكون وراثية. ليس لدى الأطفال الذين يببولون على أنفسهم آباء وأمهات أسوأ من غيرهم، فهم لا يفعلون ذلك «عن قصد»، وليس هناك أية ارتباط واضح بين سلس البول والتجارب السابقة. وقد وجد أيضاً أن العلاج النفسي وأساليب العلاج المماثلة لا تُساعد في مشكلات التبول. وفي الواقع، فإن هذا الأفكار تسببت في أضرار كبيرة، حيث كان يلوم كل من الأطفال ووالديهم أنفسهم بسبب ذلك.

غير أن الادعاء بأن الآليات الروحية لا علاقة لها بالأمر على الإطلاق يعتبر تمادياً بشكل كبير في الاتجاه الآخر. فالجسد والروح متعلقان ببعضهما البعض؛ ففي كافة الحالات الطبية تقريباً يكون لدى العوامل النفسية دوراً في الأمر، ويسري هذا الأمر أيضاً على سلس البول. فعلى سبيل المثال، لاحظت العديد من العائلات بأن الأطفال الذين يتبولون على أنفسهم بشكل دوري من الممكن أن يكونوا في «فترة سيئة» عند ولادة أخ أو أخت لهم أو عند حدوث شيء آخر في العائلة. والأطفال الذين يتبولون في فراشهم من وقت لآخر، فإنه في العادة «لا يتبولون في فراشهم» عندما ينامون بعيداً.

مشكلات التبول لدى الأطفال الذين يعانون من فرط النشاط أو صعوبات التركيز

إن الأطفال الذين يعانون من مشاكل عصبية ونفسية، مثل اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD)، هم أكثر عرضة لمشكلات المثانة أو الأمعاء من الأطفال الآخرين. نحن لا نعرف السبب الحقيقي وراء ذلك، إلا أن الأمر له علاقة بالجهاز العصبي. وإذا كان من الصعب على الشخص الانتباه والتركيز على ما يحدث في الأجواء، فإنه لا عجب أنه سيكون من الصعب تتبع ما يحدث داخل الجسم أيضاً. ومع ذلك، فإن هذا لا يكاد يؤثر على العلاج: حيث يحصل الأطفال الذين يعانون من فرط النشاط / عدم التركيز على نفس العلاج لمشكلات التبول كباقي الأطفال الآخرين.

الآثار النفسية للتبول اللاإرادي

إن التبول اللاإرادي قد يكون عبئاً كبيراً لتحمله. فالأطفال الذين يتبولون على أنفسهم يُمكن أن يكون لديهم قلق دائم بشأن أن يُصبحوا محل سخريّة أمام رفاقهم، كما أن الأطفال الذين يتبولون في فراشهم ربما لا يكون لديهم الجرأة للذهاب في المخيمات المدرسية أو النوم عند رفاقهم. فهم كثيراً ما يعتقدون أن هناك شيئاً "خطأ" بهم، ويشعرون كما لو أنه يتم الإشارة إليهم، وربما يسمعون أنهم «غير ناضجين». كما يعتقد الكثيرون منهم أيضاً أنهم وحيدون في مشكلاتهم، ولا يجرون حتى على إخبار أصدقائهم المقربين. وليس بالغريب أن يؤدي هذا في بعض الأحيان إلى الضغط النفسي، وغالباً ما تؤدي مشكلات التبول إلى الألم الروحي وليس العكس. وبطبيعة الحال، إذا كان الطفل يعاني من ضغط نفسي كبير، فإنه يُرجى تناول هذا الأمر مع طبيب الطفل.

كيف يُمكن التعامل مع هذا؟

يحصل الأطفال الذين يتبولون على أنفسهم وينزعجون من ذلك على علاج لهذا الأمر. يُمكن أن تنتهي المشكلة لدى الغالبية العظمى، وبشكل تلقائي يختفي الكثير من القلق وسوء الثقة بالنفس. وخلال فترة الانتظار لحين معالجة الأمر لدى الطفل فإنه من الهام أن يقوم الوالدان بإظهار التفهم وأن يشرحا للطفل بأن ما يحدث ليس خطأه، وأنه يُمكن الحصول على المساعدة، وأنهم ليسوا بمفردهم في هذا الأمر الذي يزعجهم. وليس نادراً بأن يكون إخبار الطفل بمشكلاته لرفاقه المقربين فكرة جيدة، ولكن بالطبع ينبغي أن تقوم الأسرة والطفل باتخاذ قرارا بأنفسهم في هذا الشأن. كما أنه من الهام أيضاً أن يتم التنسيق لكي يتمكن الطفل من عيش حياة كباقي الأطفال: فالطفل ووالديه هم من يقررون كيفية حياة الطفل، وليست المثانة.

الأكاديمية السويدية للتبول اللاإرادي (Svenska enuresakademin) من خلال تريغفه نيفيوس، وهانز سميديه، وبرونو هاغولف