

ATT KISSA PÅ SIG – PSYKOLOGISKA OCH PSYKIATRISKA ASPEKTER

Ett informationsblad från Svenska EnuresAkademin, www.svenskaenures.se maj 2024

Det finns många idéer om kopplingar mellan urinblåsan och psyket. Med det här informationsbladet vill vi minska förvirringen kring de här frågorna.

Kissar man på sig av psykologiska skäl?

Tidigare trodde man att barn som kissade på sig (på dagen eller natten) gjorde det av psykologiska skäl – på grund av dålig uppfostran, svåra upplevelser eller själslig omognad. Vi vet nu att detta är fel. Inkontinens beror på kroppsliga faktorer, dessutom är det ofta ärftligt. Barn som kissar på sig har inte sämre föräldrar än andra, de gör det inte ”med flit” och det finns ingen tydlig koppling mellan inkontinens och tidiga upplevelser. Det har dessutom visat sig att psykoterapi och liknande behandlingsmetoder inte hjälper mot kissproblemen. De här idéerna har faktiskt gjort stor skada, genom att både barn och föräldrar har skuldbelagts.

Att däremot hävda att psykologiska mekanismer inte alls har med saken att göra är att gå för långt åt andra hållet. Kropp och själ hänger ju ihop; vid nästan alla medicinska tillstånd spelar psykologiska faktorer en roll, och det gäller även vid urininkontinens. Många familjer har till exempel noterat att barn som periodvis kissar på sig kan komma in i en ”dålig period” i samband med att ett syskon föds eller något annat händer i familjen. Och barn som då och då kissar i sängen brukar oftast ha ”torra nätter” när de sover borta.

Kissproblem hos barn med hyperaktivitet eller koncentrationssvårigheter

Barn med neuropsykiatriska problem som ADHD och autism, har oftare än andra barn problem med urinblåsan eller tarmen. Riktigt varför det är så vet vi inte, men det har nog med nervsystemet att göra. Och har man svårt att fokusera och koncentrera sig på vad som händer runtomkring sig så är det inte konstigt att det blir svårare att hålla kontroll på det som händer inne i kroppen också. Om man har svårt att tolka kroppens signaler, så som är fallet vid många utvecklingsrelaterade funktionsnedsättningar, kan det också bli svårt att ha kontroll på blåsa och tarm. Det här påverkar dock knappast behandlingen: barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar så som ADHD och autism ska ha samma behandling för sina kissproblem som andra barn.

Psykologiska effekter av att kissa på sig

Att kissa på sig kan vara en stor börda att bära. Barn som kissar på sig på dagarna kan ha en ständig oro för att göra bort sig inför sina kamrater, och barn som kissar i sängen på nätterna vågar kanske inte åka med på klassläger eller sova över hos kamrater. De tror ofta att det är något ”fel” på dem, känner sig utpekade och kanske får höra att de är ”omogna”. Många tror också att de är ensamma om sitt problem och vågar inte ens berätta för sina närmaste vänner. Att det här ibland leder till oro och nedstämdhet är inte konstigt, och det är oftast kissproblemen som orsakar de psykiska besvären och inte tvärtom. Om ett barn lider av betydande psykologisk stress kan man förstås gärna ta upp detta med barnets läkare.

Hur ska man hantera det här och vilken hjälp kan man få?

Barn som kissar på sig och är besvärade av det ska få behandling mot detta. De flesta kan då bli torra, och då försvinner automatiskt mycket oro och dåligt självförtroende. I väntan på att barnet bli torrt är det viktigt att föräldrarna visar förståelse och förklarar för barnet att det inte är hans/hennes fel, att hjälp finns att få och att de inte är ensamma om sina besvär. Om man misstänker en neuropsykiatrisk problematik så är det viktigt att man tar upp det med sjukvården så att man kan få rätt hjälp. Behandling och förståelse för en neuropsykiatrisk funk-

tionsnedsättning kan ofta underlätta genomförandet av behandlingen av blås- och tarmproblemen.

Slutligen så är det också viktigt att ordna så att barnet ska kunna leva som andra barn: det är barnet självt och dess föräldrar som bestämmer hur barnet ska leva, inte kissblåsan!

Svenska Enuresakademin genom Mai-Britt Giacobini Arnér