

DAGINKONTINENS

Ett informationsblad från Svenska EnuresAkademien, www.svenskaenures.se september 2024

Daginkontinens

Att barn över fem år har svårt att hålla tätt under dagen, är ganska vanligt. Det är inget att oroa sig för och det är inte nödvändigtvis något fel. Oftast kan det hanteras med goda råd och rutiner tills barnet blir äldre. Hos friska femåringar har 20% problem med detta, och hos skolbarn (6-15 år) har fortfarande 10% problem med att hålla tätt dag och/eller natt. Detta kan påverka barnets självkänsla och sociala liv, så det är bra att börja utreda och behandla problemet från ungefär sex års ålder.

Orsaker

Det finns många orsaker till daginkontinens, men oftast är det funktionellt, vilket betyder att det inte beror på någon sjukdom eller missbildning. Det kan bero på att nervsystemet som styr blåsan inte har mognat tillräckligt. Andra faktorer kan vara för bra blöjor, brist på pottränning och dålig toalettmiljö i skolan, eller att barnen håller sig för länge.

Utredning

När man utreder problemet är det viktigt att kunna beskriva när och hur mycket barnet kissar, och när läckage inträffar. Detta kan göras genom att skriva upp det i en kiss-dagbok. Bajsvanorna brukar efterfrågas i en bajs-dagbok. Man bör ta ett urinprov för att utesluta urinvägsinfektion. På många ställen görs också urinflödesmätningar, där barnet kissar på en specialtoalett och man får information om urinflödet. Efteråt kontrolleras om blåsan blivit tom med hjälp av ultraljud. Eftersom barnet vid första tillfället ofta är lite spänd inför att kissa på en annorlunda toalett kan proceduren behöva upprepas om kurvan blir avvikande.

Frågeställningar

Utredningen hjälper till att svara på flera frågor: Har barnet svårt att tömma blåsan? Är det svårt att börja kissa? Måste barnet trycka på magen för att kissa? Kissar barnet i omgångar eller allt på en gång? Är strålen svag? Tar det lång tid att kissa? Är barnet förstoppat? Om barnet ständigt droppar urin eller om det läcker kiss när barnet anstränger sig, bör man undersöka hur njurarna fungerar. Det vanligaste skälet till att friska barn råkar kissa på sig är att de har en känslig blåsa som vill tömma sig även när det bara är lite kiss i den. Dessutom kan det vara svårt för barnet att känna av signalerna från blåsan i tid. Man behöver också kolla av att bajsandet fungerar som det ska och utesluta om tarmtömningsproblem orsakar eller bidrar till kissproblemen.

Behandling

Första steget i behandlingen är blåsträning. Målet är att barnet medvetet ska kunna kontrollera sin blåsa. Detta innebär att barnet uppmuntras att ta eget ansvar, men med stöd från omgivningen och sjukvården. Genom att ge barnanpassad information om hur blåsan fungerar och vad som gör att det läcker urin, samt att tillsammans med barnet strama upp kissrutinerna (kissa på bestämda tider), blir de flesta barnen torra. Ofta får man prova medicin som gör bajset mjukare. Ibland kan det vara bra att lägga till medicin som lugnar blåsan och gör att den kan hålla lite mer urin.

Svenska Enuresakademien genom Gunilla Flankegård