التبول اللاارادي

Enurésie nocturne

التبول اللاارادي يعتبر من أكثر الاضطرابات انتشارا وهو ظاهرة مرضية عامة تعرف بسلس البول يسبّب الكثير من الإزعاج الطفل والأهل على السواء

تعريفه:

هو عبارة عن الإنسياب التلقائي للبول ليلا أو نهار أو ليلا ونهارا معا لدى طفل تجاوز عمره أربعة سنوات. وهي السن التي يتوقع فيها أن يكون قد تحكم في مثانته وقد يكون التبول أوليا حيث يظهر في عدم قدرة الطفل منذ ولادته وحتى سن متأخرة من ضبط عملية التحكم في التبول. وثانويا هي عودة الطفل للتبول بعدما تحكم فيه لفترة من الزمن. وهو عدم القدرة على التحكم بالمثانة مما يتسبب في انسياب البول على نحو غير ارادي ويأخذ شكلان: التبوّل في الفراش أثناء النوم الليلي والتبوّل أثناء اليقظة النهاري

نسبة الانتشار :

تنتشر ظاهرة التبول اللاارادي بين الذكور أكثر من الإناث وتحدث بنسبة 12 ٪لدى الأطفال بعمر 5 و 6 سنوات وبنسبة 8 ٪ لدى الأطفال بعمر 8 سنوات في حين تبلغ نسبة انتشار التبول اللاارادي 5 ٪ لدى الأف راد بعمر 12و 15 سنة وتقل لتصل إلى 1 ٪ لدى الافراد فوق 15 سنة.

أنواعه:

التبول اللاارادي منذ الولادة : نتيجة عدم اكتمال عمليات النضج فمن الطبيعي ألا يتحكم الأطفال في سنواتهم الأولى بعملية التبول.

التبول اللاارادي المؤقت الانتكاسي :يحدث هذا النوع عندما يصل الطفل إلى مرحلة التحكم في عمليات التبول لمدة تتراوح بين 6 أشهر والسنة ثم يعود لتبليل نفسه نتيجة ظروف نفسية أو بيئية.

التبول اللاارادي الليلي 66 ٪ من الأطفال يبلّلون ثيابهم ليلا في مراحل نموهم المبكرة نتيجة البرد أو الأحلام والكوابيس

التبوّل اللاارادي النهاري : يحدث هذا النوع عندما يواجه الأطفال مواقف جديدة مقلقة وغير مألوفة بالنسبة لهم مثل تغيير السكن أو الدخول للمدرسة.

التبول اللاارادي العرضي المزمن :هو أكثر الأنواع خطورة وتأثيرا على نفسية الأفراد يظهر في التكرار الغير العادي للتبول وانتكاس الحالة بعد شفائه

التبول اللاارادي المصاحب للأحداث :وهذا الشكل يحدث في مواقف معينة مثل غياب أحد الوالدين أو الغيرة من قدوم طفل جديد للعائلة أو بسبب الحرمان والقلق.

التبول اللاارادي الغير منتظم :يحدث هذا النوع في فترات متباعدة ومتقطعة.

أسباب التبول اللاارادي:

لخص الختاتنة 2013 أسباب التبول اللاارادي فيما يلي:

-الأسباب العضوية :وهو نتيجة لخلل في الجهاز البولي مثل إلتهاب مجرى البول أو وجود حصى في الكلى أو المثانة أو قد يحدث التبول اللاارادي نتيجة الإصابة بمرض السكري.

-الأسباب الانفعالية النفسية:

تعود معظم الحالات لمشكلة التبول اللاارادي إلى عوامل نفسية ويرى freud أن التبول اللاارادي عرض نكوصي يشير إلى صراع نفسي يعيشه الطفل كالغيرة بعد ادراكه لتحول والديه من الاهتمام به إلى الإهتمام بطفل جديد فتظهر لديه هذه المشكلة لجذب انتباههما إليه، كما يؤدي الخوف من الظلام أو من الحيوانات أو من التهديد بشكل عام إلى التبول اللاارادي وزيادة على ذلك فإن اضطراب العلاقة الأسرية من شأنه هو الآخر أن يؤدي إلى التبول اللاارادي ونفس الأمر يحدث عند تغير البيئة والانتقال إلى بيئة جديدة.

أمّا كولب فيرى أن عقاب الطفل يؤدي إلى ظهور مشكلة التبول اللاارادي لديه كسلوك انتقامي أي عدوان رمزي موجه نحو اللذين يمارسون عليه العقاب وترتبط أيضا عملية ضبط التبول بدرجة الذكاء حيث تتأخر لدى الأطفال المتخلفين ذهنيا.

-الأسباب الإجتماعية:

يشير أصحاب نظرية التعلم إلى أن التحكم في التبول سلوك مكتسب ففشل بعض الأطفال في ذلك حتى سن 6 وما بعدها يعود إما لإهمال الوالدين في تدريب الطفل أو لأخطاء في عملية التدريب وأساليب المعاملة الوالدية الخاطئة مثل القسوة أو الإهمال ينميان شعور بعدم الأمان لدى الطفل وفقدان الثقة بمن حوله فتظهر لديه مشكلة التبول اللاارادي.

وحتى التدليل الزائد ينتج لنا طفلا اتكاليا متعودا على الأخذ دون العطاء لا يستطيع حل صراعاته بنفسه وهو ما يؤدي إلى النكوص يظهر في التبول اللاارادي.

أيضا المقارنة السلبية بين الأشقاء في المنزل أو بين الأصدقاء في المدرسة تنمي لدى البعض الشعور بالإحباط والحقد والغضب فيلجؤون إلى التبول اللاارادي لجلب الانتباه.

العلاج:

نذكر فيما يلي بعضالاجراءات للحد من عملية التبول اللاارادي

أولا :يجب القيام بالكشف الطبي واجراء كافة التحاليل اللازمة للتأكد من السلامة العضوية والفيزيولوجية للطفل وبعدها يمنك القيام ب:

-تدريب الطفل على التحكم في عملية التبول ومكافئته مع التقليل من شرب المياه والعصائر

-تخفيض مستوى التوتر والقلق لدى الطفل

-اشباع حاجات الطفل وتوفير له الحب والأمن

-تعزيز ثقة الطفل بنفسه

-الابتعاد عن التهكم والسخرية وعقاب الطفل

-استخدام الجرس الكهربائي :ويعرف أيضا باسم الجرس والوسادة وهي عبارة عن وسادة سلكية موصولة بجرس كهربائي يوضع بجانب السرير وعند نزول أول قطرة من البول تتوقف الدائرة الكهربائية ويرن الجرس وهذا يدفع الطفل إلى التوقف والاستيقاظ والذهاب إلى الحمام حيث أثبتت الدراسات أن 70 ٪ من الأطفال الذين خضعوا لهذاالاجراءتم شفاؤهم بعد شهرين فقط.