



## قصة جافة عن سلس البول الليلي



هذا المنشور من إصدار شركة Ferring B.V. بمدينة Hoofddorp.



### لمزيد من المعلومات حول سلس البول

بإمكان طبيب الأسرة تزويدك بالمزيد من المعلومات حول سلس البول. بالنسبة لمن يريد معرفة المزيد عن هذا الموضوع يمكنه أيضاً الاتصال بالمركز الهولندي Netherlands Droogbedcentrum على رقم الهاتف التالي: 0522-233850 (من يوم الاثنين إلى يوم الجمعة من 09:00 إلى 12:00)، كما يمكن زيارة الموقع على الإنترنت: [www.minrinmelt.nl](http://www.minrinmelt.nl) أو [www.bedplassen.org](http://www.bedplassen.org) أو [www.droogbedcentrum.nl](http://www.droogbedcentrum.nl) أو [www.houdhetdroog.nl](http://www.houdhetdroog.nl).

### ماذا يعمل دواء ديسموبريسين؟

إنه من السهل شرح كيف يعمل دواء ديسموبريسين. عادة تقوم مادة متواجدة في الجسم بالاحتفاظ بالسوائل وإبقائها في الجسم في فترة الليل أكثر من النهار. أظهرت الدراسات أن الكثير من الذين يعانون من سلس البول ينتجون كمية غير كافية من هذه المادة. هم ينتجون كمية من البول أكبر مما يمكن للمثانة أن تحتويه مما يؤدي إلى تبليل الفراش. يفضل ديسموبريسين لا تزيد كمية إنتاج البول ويبقى الفراش جافاً أثناء الليل.

### شكليه لتناول الدواء

يتوفر ديسموبريسين للذين يعانون من سلس البول في شكلين: الأقراص الذائبة والأقراص العادية. يمكن فقط الحصول على هذه الأدوية عبر وصفة طبيب. سيتأكد الطبيب مسبقاً من عدم وجود أي شيء آخر وعدم وجود موانع ضد استعمال هذا الدواء. سيشرح الطبيب أو الصيدلي أفضل طريقة لاستعمال وتناول ديسموبريسين.

### الشكل الذائب

أحدث الطرق لتناول هذا الدواء هي القرص الذائب. قرص واحد يحتوي على ١٢٠ ميكروغرام أو ٢٤٠ ميكروغرام يوضع تحت اللسان قبل النوم ويكفي هذا لنتيجة جيدة. القرص الذائب يذوب مباشرة. ليس هناك من داع لابتلاع الدواء كما تناوله بدون ماء. إن مفعول الدواء لا ينقص بالإصابة بالمشاكل الهضمية.

### اقرأ إرشادات الاستعمال قبل تناول الدواء

من الضروري أولاً قراءة إرشادات الاستعمال الموجودة في العلبة قبل تناول الدواء. حتى إذا تم استعمال هذا الدواء بانتظام. لأنه قد تطرأ تغييرات على إرشادات الاستعمال، حيث يتم فيها إدراج أحدث النظريات المتعلقة بالاستعمال.



## جدول تقويمي للتبول

يسمح للطفل في هذه الطريقة أن يشطب في الجدول التقويمي للتبول عن كل ليلة لم يببل فيها فراشه ويظهر بعد التشطيب رسم على شكل شمس. إذا شطب الطفل على عدد من هذه الرسوم الشمسية، فإنه يحصل على مكافأة جميلة.

## منبه للتبول

منبه التبول عبارة عن جهاز إنذار صغير ينطلق عندما تتببل ملابس النوم أو الساندة التي ينام عليها الطفل. بإمكان الطفل أن يذهب حينها إلى دورة المياه ويتعود على أن يبقى في فترة الليل جافا (ما أمكن ذلك). من المزعج فقط أن المنبه يوقظ أحيانا الكل، ما عدا الطفل المعني. بالنسبة لهذه الطريقة فإن الأبوبين والطفل بحاجة إلى حافز جيد وإلى الانضباط.

## الأدوية

يمكن أن تلعب الأدوية دورا مهما في عملية التوقف النهائي لسلس البول الليلي في الفراش. في بعض الأحيان تستعمل الأدوية لمساعدة الطفل للتغلب على أعراضه بضعة أشهر، كخطوة أولى لتوقف سلس البول نهائيا. إذا تبين أن الطفل لا زال يببل فراشه دون استعمال الأدوية، فإنه يسمح له بتكرار العلاج من المحتمل أيضا تلقي العلاج الذي يتركز على تغيير السلوك مثل «التدريب السلوكي على الفراش الجاف». قم باستشارة طبيب الأسرة للمزيد من المعلومات.

إلى جانب ذلك يمكن استعمال الأدوية لتخليص الطفل من سلس البول لفترة زمنية محدودة (مثلا أثناء العطل أو الزيارات). ميزة الأدوية أن تأثيرها ظاهر وسريع. يمكنك أن تلاحظ النتيجة في الليلة الأولى. إذا مرت بضعة أيام وتبين أن التأثير ليس مرضيا، فإنه يمكن تعديل الجرعة. لا تقم بهذا إلا بعد استشارة طبيبك.

أحد الأدوية الفعالة في هذا المجال والتي ليس لديها آثار جانبية كثيرة، هي ديسموبريسين. بالإمكان أيضا دمج استعمال الأدوية مع طرق علاجية أخرى.

ما سيعانون أيضا من نفس المشكلة. نادرا ما تكون المشاكل العاطفية أو النفسية سببا في التبول في الفراش. فهي تعتبر بالأحرى نتيجة لذلك. أيضا يظن المرء أن الذين يتبولون في الفراش ينامون بعمق فلا يستطيعون الاستيقاظ للتبول غير أن الدراسات أثبتت أن نوم الذين يتبولون في الفراش ليس أكثر عمقا من نوم غيرهم وأن مشكلة التبول في الفراش تحصل أيضا عند النوم الخفيف.

## ما العمل عند التبول في الفراش؟

عموما يجب على الطفل الذي عمره ست سنوات أو أكثر أن يبقى فراشه جافا في الليل. إذا قام الطفل الذي يفوق عمره ست سنوات بالتبول في الفراش بانتظام، فإننا نتحدث حينها عن سلس البول الليلي. نظرا لكون سلس البول قد يؤدي إلى مشاكل، فإنه من الحكمة الذهاب إلى طبيب الأسرة. يمكن لطبيب الأسرة أن يساعدكم بشيئين، أولا القيام بفحص للتعرف عن سبب المشكلة وهل يرجع السبب إلى اضطراب عضوي وهذا يكون فقط بنسبة ٢٪ من الحالات. إن كان من الصعب إيجاد سبب ظاهري، فإن الطبيب يمكنه أن يعرض عليك احتمالات العلاج المتوفرة. سنسرد هذه الإمكانيات كالتالي.

## الترقب

سنويا يشفى تلقائيا واحد من كل سبعة أطفال من هذه الحالة. أحد سلبيات الانتظار الطويل هو أن الطفل يفقد الثقة بنفسه. وهذا قد يسبب بالفعل في تفاقم الأعراض. إذا كان عمر الطفل ست سنوات أو أكثر واتضح بأن سلس البول قد أصبح مشكلا ملموسا، فإن الوقت مناسب لمعالجة ذلك.

## اصطحب الطفل إلى دورة المياه

بإمكان الأبوبين قبل خلودهم إلى النوم أن يصطحبوا الطفل إلى دورة المياه للتبول وهذا ينطبق فقط على الأطفال الذين ينامون بسرعة بعد ذهابهم إلى دورة المياه للتبول، لأنه يجب أن يكون الطفل يقظا. عندما يكون الطفل نصف نائم، فإن هذا قد يؤدي بالفعل إلى نتيجة معاكسة أي الإصابة بسلس البول الليلي.

## سلس البول الليلي في الفراش أكثر انتشارا مما تعتقد

لعلك تستغرب، لكنه فقط في هولندا يوجد أكثر من ١٠٠,٠٠٠ طفل فوق السادسة من عمرهم يعانون من سلس البول الليلي بانتظام. واحد من كل سبعة أطفال بين الخامسة والسادسة من العمر مصابون بسلس البول الليلي في الفراش. واحد من كل خمسة عشر طفل تبلغ أعمارهم تسع سنوات وواحد من كل ثلاثين طفلا تبلغ أعمارهم اثنتي عشر سنة، مصاب بسلس البول الليلي في الفراش. نسبة البالغين التي لا زالت تبول في الفراش هي واحد في المائة.

قد يكون سلس البول الليلي في الفراش مشكلة كبيرة. طبعاً أولاً لمن يعاني بنفسه من سلس البول الليلي. سلس البول الليلي قد يؤثر في المصاب سلبي على ثقته بنفسه إلى حد كبير وقد يصاب بالإحباط. خصوصا عندما يكون رد فعل العائلة سلبي على المشاكل المتعلقة بالتبول. أضف إلى هذا أن سلس البول الليلي في الفراش قد يكون له تأثير سلبي على الحياة الاجتماعية. كلما كبر المصاب بسلس البول في السن كلما كان لهذه المسألة وزن أكبر.

## لماذا يتبول الشخص في الفراش

إنه من الصعب معرفة سبب التبول في الفراش. ومن الصعب تحديد سبب واحد للتبول في الفراش. أحيانا يرجع ذلك إلى مجموعة من العوامل. وأحيانا لا يمكن تحديد السبب تماما. من النادر وجود سبب عضوي حاد. فقط في بعض الحالات يكون المشكل سببه المرض: التهاب المسالك البولية

واضطرابات الكلى أو المسالك البولية وداء السكري. غير أن دراسات حديثة أثبتت أن الذين يتبولون في الفراش ليلا يدرسون كمية أكبر من البول بالمقارنة مع الذين لا يتبولون في الفراش. يوجد في الجسم مادة تقوم على تنظيم وتسيير عملية التبول. لقد اكتشف أن بعض الناس يفتقرون إلى تلك المادة في فترة الليل. لذلك يقوم الجسم بإنتاج كمية بول أكبر مما هو طبيعي وهذا قد يؤدي إلى سلس البول في الفراش.

يلعب عامل الوراثة أيضا دورا حيث أنه إذا كان أحد الأبوبين أو كلاهما قد تبول لفترة كبيرة في الفراش، فإن أولادهم غالبا