

Cognitieve blastraining

Vooraf

Uw kind is doorverwezen naar het Incontinentiecentrum Meppel voor cognitieve blastraining. In deze folder kunt u lezen wat deze behandeling inhoudt.

Wat is cognitieve blastraining?

Bij cognitieve blastraining wordt de plastechniek opnieuw en correct aangeleerd. Hieronder wordt uitgelegd in welke gevallen deze behandeling kan werken en wat de behandeling precies inhoudt.

Zindelijk worden

Zindelijk worden is een leerproces dat meestal vanzelf gaat. Als een kind, ouder dan vijf jaar, nog regelmatig nat is of steeds blaasontsteking heeft is medisch onderzoek noodzakelijk. In de praktijk blijkt dat behandeling door middel van cognitieve blastraining vaak kan helpen.

Onzindelijkheid en incontinentie

Er is onderscheid te maken tussen onzindelijkheid of incontinentie. In principe is er bij onzindelijkheid geen sprake van een lichamelijke oorzaak. Een onzindelijk kind negeert signalen van de blaas en gaat te weinig uit zichzelf naar de WC. Het gevolg is dan meestal een complete plas in de broek, waarna ook de natte broek wordt genegeerd.

Incontinentie of steeds terugkerende blaasontsteking

Kinderen kunnen incontinent zijn of steeds blaasontsteking hebben door een lichamelijke afwijking. Meestal is dat niet het geval, maar is de samenwerking tussen de blaas en het afsluitmechanisme verstoord of verkeerd aangeleerd. Kinderen met deze problemen kunnen in aanmerking komen voor een blastraining.

Oorzaak van de problemen

Onwillekeurige samentrekkingen van de blaas
Vaak zijn de problemen ontstaan door onwillekeurige samentrekkingen van de blaas. Als de blaas niet rekbaar genoeg is en daardoor ook meestal een kleine capaciteit heeft zal het kind vaak aandrang ervaren en vaak kleine plassen doen. Omdat de samentrekkingen van de blaas niet met de inwendige sluitspier alleen zijn op te vangen zullen de bekkenbodemspieren als extra noodrem worden gebruikt.

Verkeerde manier van plassen

Door het vele aanspannen van deze 'ophoud-mechanismen' wordt geen goed onderscheid meer gemaakt van het juiste moment van moeten aanspannen en ontspannen. Zo kan het kind aanleren te plassen op een manier die is te omschrijven als 'gas geven met de rem erop'.

Luie blaas

Het gevolg van dit verkeerde plasgedrag kan op de lange duur zijn dat de blaasspier juist niet meer krachtig is maar lui is geworden.
Door het voortdurend dichtknijpen van de sluitspier, ook tijdens plassen, kan vaak urine in de blaas achterblijven. Doordat de blaas steeds verder uitrekt zal het kind moeten meepersen om te kunnen plassen. Vaak is het ontlastingspatroon ook verstoord door het vele aanspannen van de sluitspiers.

Goede ontspanning tijdens het plassen

Uw kind moet opnieuw leren aandrang-signalen juist en tijdig te interpreteren en leren goed te ontspannen tijdens het plassen of ontlasten.

Gang van zaken

In overleg met de uroloog en incontinentie-verpleegkundige is besloten tot cognitieve blastraining. De behandeling bestaat uit een intensieve training in het Incontinentie-centrum.

De piepbroek

Het dragen van een 'piepbroek' bevordert het tijdig herkennen van aandrangsignalen. De piepbroek is een gewoon uitzierend onderbroekje met drukknopen. Deze drukknopen zijn door middel van een draadje verbonden met een kastje, dat qua grootte te vergelijken is met een mobiele telefoon. Bij de eerste druppel plas, die in het broekje komt, wordt het kind gewaarschuwd door een hoge piep.

Als uw kind ook 's nachts nat is wordt dat als een secundair probleem gezien. Afhankelijk van de leeftijd en de oorzaak van de problemen overdag wordt ook aandacht aan het bedplassen geschonken. In principe is het aanleren van een juiste plastechniek overdag een eerste prioriteit.

De plasmeter

De urinestraal wordt in een curve weergegeven op een computerscherm tijdens het plassen. Uw kind leert deze curve te interpreteren en zal wat het voelt tijdens het plassen kunnen koppelen aan wat het ziet (biofeedback).

De training

Tijdens de training leert uw kind:

- hoe vaak het moet plassen (de één gaat te vaak, de ander niet vaak genoeg)
- wanneer het moet plassen (de piep voor blijven)
- hoe het moet plassen (door de curve te beïnvloeden)

Dagbehandeling

Deze training wordt in dagbehandeling uitgevoerd. U kunt uw kind om negen uur brengen en om vier uur kan uw kind weer worden opgehaald. Meestal worden er twee kinderen tegelijk behandeld.

De kinderen blijven in het weekeind thuis en komen op maandag terug. Dan wordt het vervolgtraject besproken.

Begeleiding door pedagogisch medewerkster

Uw kind wordt in het ziekenhuis gedurende de dag begeleid door een pedagogisch medewerkster. Zij evalueert elke dag

afsluitend samen met uw kind en een incontinentieverpleegkundige.

De piepbroek blijft 's avonds thuis gewoon aan tot het slapen gaan.

Ondersteuning door ouders/verzorgers

De training vereist veel inzet, concentratie en doorzettingsvermogen van uw kind. Ondersteuning van thuis is daarom van groot belang, maar zonder de druk teveel op te voeren.

Gebruik antibiotica

In geval van vaak terugkerende

blaasontstekingen wordt het gebruik van antibiotica ten minste drie maanden voortgezet. Dit omdat een terugkerende

blaasontsteking de juist verkregen

plastechniek opnieuw kan verstoren.

Telefonisch contact

Uw kind houdt gedurende twee maanden telefonisch contact met de pedagogisch medewerker. Daarna volgt een

afsluitende controle bij de uroloog of de incontinentieverpleegkundige.

Wanneer de training onvoldoende heeft geholpen, kan in overleg met de uroloog naar verdere behandeling worden uitgekeken.

Verdere informatie

Als u na het lezen van deze folder nog

vragen hebt kunt u contact opnemen met het incontinentiecentrum:

Telefoon: (0522) 23 38 50

E-mail: zwaan@diacmeppel.nl