



توعية المرضى: تبول الأطفال في الفراش (الأساسيات)

محررة من قبل أطباء ومحررين لدى UpToDate

يُرجى قراءة إخلاء المسؤولية الوارد في نهاية هذه الصفحة.

هل من الطبيعي أن يببل طفلي الفراش ليلاً؟

نعم، من الممكن أن يكون هذا طبيعياً. إن تبليل الفراش ليلاً أمر شائع في الأطفال الصغار. وبحلول سن الرابعة، يستطيع معظم الأطفال التحكم في مثانتهم عندما يكونون مستيقظين. ولكن تحكّم الأطفال في المثانة أثناء النوم قد يستغرق وقتاً أطول. لا يتوقف بعض الأطفال عن تبليل الفراش ليلاً حتى يبلغ عمرهم من 5 إلى 7 أعوام. ويكون التبول في الفراش أكثر شيوعاً في الأولاد مقارنةً بالفتيات، ويمكن أن يسري في العائلات.

يتوقف معظم الأطفال عن التبول في الفراش من تلقاء أنفسهم ولا يحتاجون إلى أي علاج. ولكن إذا كنت قلقاً أو كانت لديك أسئلة حول تبول طفلك في الفراش، فتحدث إلى طبيب طفلك أو ممرضه.

لماذا يببل الأطفال الفراش؟

من المرجح أن يحدث التبول في الفراش في الحالات التالية:

- عضلات المثانة لدى الطفل تتطور بشكل أبطأ من المعتاد.
- مثانة الطفل تحتفظ بكمية بول أقل من المعتادة.
- جسم الطفل ينتج كمية كبيرة من البول.

في كثير من الأحيان، لا يحدث التبول في الفراش بسبب مشكلة طبية أو عاطفية. ولكنه قد يحدث بسبب ذلك في بعض الحالات. ومن المفترض أن يستطيع طبيب طفلك أو ممرضه معرفة ما إذا كان تبول طفلك في الفراش ناتجاً عن مشكلة طبية أم لا.

ما الذي يمكنني فعله لمحاولة إيقاف تبول طفلي في الفراش؟

يمكنك تجربة أشياء مختلفة في المنزل لإيقاف تبول طفلك في الفراش:

- اجعل طفلك يتبول قبل الذهاب إلى الفراش. ذكّره أن يستيقظ ويستخدم المراض عند الحاجة.

- ضع مصابيح ليلية في الصالة والحمام حتى يتمكن طفلك من العثور على المرحاض بسهولة.
- توقف عن استخدام الحفاضات أو سراويل التدريب في المنزل، خاصةً إذا كان عُمر طفلك أكثر من 8 أعوام. وسيظل بإمكان طفلك ارتداؤها في زيارات المبيت مع العائلة والأصدقاء.
- اطلب من طفلك المساعدة في التنظيف في الصباح. على سبيل المثال، يمكنه إزالة الملاءة المبللة من السرير أو المساعدة في الغسيل.
- احتفظ برسم بياني للتقدم الذي يحققه طفلك، وقدم له مكافآت عندما يظل جافًا. ويجب أن تتفق مع طفلك على المكافآت مسبقًا.
- وُزِع المشروبات التي يتناولها طفلك على مدار اليوم. لا تجعل طفلك يشرب الكثير من السوائل قبل النوم مباشرةً.
- تجنب المشروبات التي تحتوي على كمية كبيرة من السكر.
- استخدم جهاز تنبيه التبول في الفراش أثناء الليل. تحتوي هذه الأجهزة على مستشعرات خاصة تطلق الإنذار عندما يبيل الطفل الفراش. وهي تعمل بشكل أفضل مع الأطفال من سن 6 أعوام فأكثر. تحدّث مع طبيب طفلك أو معرّضه حول نوع جهاز التنبيه الأفضل لطفلك وكيفية استخدامه.
- ولكي تنجح أي من هذه الخطط، يجب أن تمتلك أنت وطفلك الرغبة في إيقاف التبول في الفراش. قد يكون إيقاف التبول في الفراش صعبًا جدًا وقد يستغرق وقتًا طويلًا.
- تذكر أن الأطفال لا يمكنهم منع أنفسهم من التبول في الفراش. ويجب ألا تغضب أبدًا من طفلك، أو تعاقبه، أو تضايقه بسبب تبليله الفراش.

هل هناك أي شيء آخر يمكنني فعله؟

نعم. للحفاظ على سرير طفلك نظيفًا وجافًا:

- استخدم ملاءة مقاومة للماء لحماية المرتبة وتجنب رائحة البول.
- عندما يبيل طفلك السرير ليلاً، اجعله يستخدم المرحاض قبل ارتداء البيجامة الجافة. ثم ضع منشفة جافة على الجزء المبلل من السرير.
- رتب السرير في شكل طبقات، وضع الملاءات بالتناوب مع الوسائد المقاومة للماء. وعندما يبيل طفلك السرير، يمكنك نزع الملاءة المبللة دون الحاجة إلى إعادة ترتيب السرير.

متى يجب اصطحاب طفلي لزيارة الطبيب أو الممرض؟

خذ طفلك إلى الطبيب أو الممرض إذا كان:

- يشعر بالحاجة إلى التبول أكثر من المعتاد
- يشعر بالعطش أكثر من المعتاد
- يعاني من ألم أو شعور بالحرقة عند التبول
- لديه تورم في القدمين أو الكاحلين
- بدأ في تبلييل السرير مرة أخرى بعد التوقف عن ذلك لمدة أسابيع أو شهور

فقد تكون هذه الأعراض علامة على وجود مشكلة طبية. سيرغب طبيب طفلك أو ممرضه في فحصه. وسيُجري فحصًا وقد يطلب إجراء اختبارات، بما في ذلك اختبار البول.

هل توجد أدوية يمكن أن تقلل من التبول في الفراش؟

نعم. هناك أدوية يمكن للأطباء وصفها لتقليل التبول في الفراش. لا يتم إعطاء الأدوية عادة إلى أن يبلغ الأطفال سن 6 أعوام على الأقل ويكونون قد جربوا بالفعل وسائل أخرى لوقف التبول اللاإرادي.

المزيد حول هذا الموضوع

Patient education: Bedwetting in children (Beyond the Basics)

Patient education: Toilet training (Beyond the Basics)

يتم تحديث جميع الموضوعات كلما توفر دليل جديد واكتملت عملية المراجعة من قبل الزملاء عملية المراجعة من قبل الزملاء.

هذا النص مستخلص من UpToDate Aug 15, 2024.

إخلاء مسؤولية: تُعد هذه المعلومات العامة ملخصًا محدودًا بشأن معلومات التشخيص أو العلاج أو الأدوية أو كل ما سبق. ولا يفترض أن تكون شاملة ويجب أن تُستخدم كأداة لمساعدة المستخدم على فهم الخيارات التشخيصية والعلاجية المحتملة و/أو تقييمها. هذا بالإضافة إلى أنها لا تتضمن جميع المعلومات الخاصة بالحالات، أو العلاجات، أو الأدوية، أو الآثار الجانبية أو المخاطر التي قد تنطبق على مريض محدد. وليس من المقصود أن تكون المعلومات الواردة هنا بمثابة استشارة طبية أو بديلًا عن الاستشارة الطبية أو التشخيص أو العلاج لمقدم الرعاية الصحية استنادًا إلى الفحص الذي يجريه مقدم الرعاية الصحية للمريض وتقييمه لظروف المريض المحددة والفريدة. ويجب على المرضى التحدث مع مقدم الرعاية الصحية لاستكمال المعلومات المتعلقة بصحتهم، والأسئلة الطبية، والخيارات العلاجية، بما في ذلك أي مخاطر أو فوائد ذات صلة باستخدام الأدوية. علاوة على ذلك، فإن المعلومات الواردة هنا لا تؤكد على سلامة أو فاعلية أي من العلاجات أو الأدوية، ولا تشير إلى أنها معتمدة لاستخدامها كعلاج لمريض محدد. تخلي شركة UpToDate, Inc والشركات التابعة لها مسؤوليتها عن أي ضمانات أو التزامات متعلقة بهذه المعلومات أو طريقة استخدامها. يخضع استخدام هذه المعلومات لشروط الاستخدام المتاحة عبر الرابط الإلكتروني ©2024 <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms> شركة UpToDate, Inc والشركات التابعة لها و/أو الجهات المُرخصة التابعة لها. جميع الحقوق محفوظة.

