

Droogbedtraining (DBT)

INLEIDING

De kinderartsen van het Slotervaartziekenhuis bieden in samenwerking met de afdeling medische psychologie, diagnostiek en behandeling aan van kinderen met bedplasproblemen.

Mocht uw kind hiervoor in aanmerking komen dan meldt de kinderarts uw kind aan bij de afdeling Medische Psychologie.

Bedplassen is een vervelend probleem, dat niet altijd zonder hulp zelf is op te lossen. Bij de kinderarts en psycholoog komen regelmatig kinderen (van verschillende leeftijden) met dit probleem. Niet droog blijven in de nacht is een probleem dat we onderzoeken en behandelen vanuit verschillende hoeken, zowel medisch als psychologisch. Hiervoor hebben we ook een speciale behandeling opgezet.

De kinderarts doet onderzoek om te zien of er lichamelijke oorzaken zijn voor het bedplassen. Bedplassen heeft gelukkig zelden een medische oorzaak. De psycholoog gaat na of er gedragsmatige redenen zijn waarom de jongen/ het meisje nog niet heeft geleerd de hele nacht droog te blijven. We zetten op een rijtje welke manieren tot nu al zijn geprobeerd om droog te worden en we onderzoeken waarom dat tot nu toe niet gelukt is. Ook gaan we na of er misschien ook andere problemen zijn waarmee het bedplassen samenhangt.

Op basis van al deze gegevens geven we advies over een geschikte behandeling. Om te leren elke nacht droog te blijven zal er volgens een bepaalde beproefde methode hard geoefend moeten worden om dit te leren. Gelukkig kan dit! En met succes!

De behandeling is gericht is op het veranderen van (reeds bestaand) gedrag en het aanleren van nieuw gedrag. De training die in ons ziekenhuis wordt gegeven heet de droogbedtraining (DBT). De methode is geschikt voor kinderen ouder dan 8 jaar bij wie andere methoden niet hebben geholpen. De basis voorwaarde voor succes is dat zowel de ouders als het kind gemotiveerd zijn om van het plasprobleem af te komen.

BEHANDELING

Het is heel belangrijk dat zowel de ouders als het kind bereid zijn alle opdrachten echt uit te voeren om het probleem op te lossen.

Soms is het nodig om eerst thuis huiswerkopdrachten te doen, voordat we echt met de training kunnen starten. Het gaat dan om het registreren van drinken overdag gedurende een paar dagen, het zo nodig in orde brengen van normale hoeveelheden drinken overdag; en het oefenen met goed en rustig uitplassen voor het slapen gaan. Dat moet een kind eerst zelf hebben geleerd. Bij de training gebruiken we een plaswekker als hulpmiddel.

De droogbedtraining bestaat uit: 5 nachten een (intensieve) training. Meestal doen we die eerste 5 nachten in het ziekenhuis, maar dat is niet voorwaarde. Als kind en ouders de instructies thuis kunnen doen kan dat natuurlijk ook.

Overdag is het kind thuis en op school; 's avonds komt hij/ zij voor de training in de nacht naar het ziekenhuis. We starten de training ook wel geregeld in een vakantie periode of we starten in het weekend zodat de last voor overdag (vooral na de eerste nacht kun je moe zijn van het harde trainen!) zo klein mogelijk is.

Na die eerste 5 nachten ga je nog ongeveer 5 weken thuis door met oefenen.

Wekelijks is er in ieder geval telefonisch overleg met de psycholoog over de vorderingen.

De training wordt voor ieder apart op maat afgestemd voor het beste resultaat en duurt maximaal 6 weken.

Kosten: alleen de kosten van het huren van een plaswekker en de aanschaf van de daarbij behorende speciale broekjes komen voor rekening van de patiënt/ ouders.

Wij zijn erg tevreden over de verhuur bij de firma Elther in Tilburg; www.elther.com telefoon: 013 - 46 74 000.

De Elther plaswekkers worden, mits aanvullend verzekerd, door de meeste ziektekostenverzekeraars eenmaal vergoed.

