

## Kinderen met blaasproblemen

Uw kind heeft problemen met het ophouden van de plas, is vaak nat, heeft vaak blaasontstekingen of heeft moeite met plassen. In deze folder geven wij uitleg over wat de oorzaken kunnen zijn van deze problemen en wat er aan gedaan kan worden. Omdat bij iedere oorzaak een andere aanpak nodig is, proberen wij dat in deze folder uit te leggen.

### Zindelijk worden

De meeste kinderen worden vanzelf een keer zindelijk. Soms gaat dat om de een of andere reden niet vanzelf. De blaas lijkt op een ballon, die groter of kleiner kan worden. Dit is afhankelijk van de hoeveelheid urine die er in zit. Aan het uiteinde van de blaas zitten de sluitspieren (kinderen noemen het deurtjes), die de plasbuis afsluiten. Als kinderen eenmaal zindelijk zijn, kunnen zij de plasbuis afsluiten tot er een geschikte plaats en tijd is om te plassen. Tijdens het plassen trekt de blaas zich samen en ontspannen de sluitspier en de plasbuis.

### Soms gaat het mis

Soms ontstaan er blaasproblemen en worden kinderen niet zindelijk. Er zijn kinderen met blaasproblemen die nat zijn en er zijn kinderen met blaasproblemen die niet nat zijn. Hierover vertellen we hieronder meer.

### Kinderen die overdag nat zijn (incontinent)

Kinderen met incontinentie zijn nat, omdat hun sluitspier, de spier waarmee ze hun plas ophouden, het niet goed doet. Deze kinderen verliezen steeds kleine beetje plas zonder dat ze daar wat aan kunnen doen.

Dit kan veroorzaakt worden door verschillende afwijkingen:

- Het kind heeft de sluitspieren niet goed onder controle, de blaas en de sluitspier werken niet goed samen (functionele incontinentie). Dit is de meest voorkomende oorzaak bij kinderen;

- De sluitspier kan niet helemaal goed aangelegd zijn (anatomische incontinentie);
- De sluitspier wordt niet goed aangestuurd door de hersenen (neurologische incontinentie);
- Stressincontinentie, de sluitspier werkt niet helemaal goed.

De eerste oorzaak kun je door training herstellen. Daar gaat deze folder vooral over. De tweede en derde oorzaak wordt door de specialist behandeld met bijvoorbeeld een operatie of met medicijnen.

### Kinderen met blaasproblemen door het verkeerd gebruiken van blaas- en sluitspieren (functionele incontinentie)

Het verkeerd gebruiken van blaas en sluitspieren kan ook weer verschillende oorzaken hebben. Er bestaan twee soorten:

#### 1. Problemen hebben met de aandrang (drangincontinentie)

Kinderen met dit probleem wiebelen om hun plas op te houden. De meeste van deze kinderen hebben een aandrangprobleem. Door krampen van de blaas hebben ze vaak plotselinge aandrang om te plassen. Ze gaan vaak naar het toilet en plassen dan maar kleine beetje. Een uur of zelfs eerder nadat ze geplast hebben, kunnen ze alweer zenuwachtig zitten te wiebelen, omdat ze zo nodig moeten plassen. Omdat het ophouden van de plas met de sluitspier niet altijd lukt, gebruiken de kinderen deze of andere speciale 'ophoudmanieren'. Sommige kinderen gaan hurken met één hak tussen de

#### Almelo

Zilvermeeuw 1  
 Postbus 7600  
 7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
 Postbus 546  
 7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

billen of het kruist de benen om de plas maar op te kunnen houden.

Het plassen zelf gaat op de gewone manier; door de sluitspier te ontspannen en in één keer de blaas leeg te plassen.

Soms blijft er nog wel wat urine achter, omdat de sluitspier alweer sluit voordat de blaas leeg is. Daardoor kunnen deze kinderen urineweginfecties (blaasontstekingen) krijgen. We zeggen dat kinderen met een aandrangprobleem een overactieve blaas hebben. Omdat het kind vaak nat is, noemen we dit drangincontinentie. Bij al deze kinderen zit het probleem uitsluitend in de onbeheersbare aandrang, niet in de manier van plassen.

Stressincontinentie komt bij kinderen minder vaak voor, meestal in combinatie met drangincontinentie (kinderen die problemen hebben met de aandrang).

Deze afwijking ontstaat door het tekortschieten van de sluitspier. Er ontstaat verlies van kleine beetjes urine als de druk in de buik toeneemt. De druk ontstaat door hoesten, niezen, persen, springen, plotselinge bewegingen en sporten.

Het heeft niets te maken met geestelijke stress, maar met verhoogde druk in de buik.

## *2. Problemen door verkeerd plassen en/of slecht voelen*

Kinderen kunnen een verkeerde manier van plassen aanleren (dysfunctional voiding). Deze kinderen houden de sluitspier en de bekkenbodemspieren constant gespannen: niet alleen als ze aandrang hebben, maar ook tussendoor. De blaas trekt wel samen, maar daar letten ze niet zo op. Ze hebben geleerd om het seintje van de blaas, dat ze moeten plassen, te negeren. Ze houden hun sluitspier gewoon de hele tijd strak om ongelukjes te voorkomen. Je kunt zeggen dat ze voortdurend de noodrem gebruiken. Daardoor lukt het niet meer om de sluitspier bij het plassen te ontspannen. De kinderen gaan dan persen op de plas. Meestal komt de plas dan beetje bij beetje. Ze hebben vaak een grote

blaas en de sluitspier is minder krachtig. Deze kinderen herkennen plasaandrag vaak niet meer en gaan niet vaak genoeg naar de wc. Ze krijgen vaak blaasontstekingen, omdat er bijna altijd urine achterblijft in de blaas na het plassen. Als het kind langdurig op deze manier verkeerd blijft plassen, ontstaat er een 'niet actieve blaas'.

Omdat het constant ophouden van de plas eigenlijk te veel is gevraagd van de sluitspier, zullen deze kinderen regelmatig een beetje urine verliezen, zowel overdag als 's nachts. Ook de dikke darm kan last krijgen van dit eindeloze ophouden: het kind gaat dan steeds kleine beetjes ontlasting verliezen, doordat ook het poepen in de war is geraakt. Door het vol zitten van de darmen, voelt het kind de aandrang om te plassen nog minder goed.

## **Kinderen die niet zindelijk zijn, maar waar niets lichamelijks mee aan de hand is**

Er zijn kinderen die af en toe nat zijn, terwijl lichamelijk alles normaal werkt. Ze kunnen goed plassen, voelen aandrang, maar toch plassen ze soms in hun broek. We noemen dit incontinentie door uitstellen. Het kind reageert niet op het seintje dat het moet plassen. Het gaat weinig uit zichzelf naar het toilet, gunt zichzelf geen tijd om naar het toilet te gaan en doet dan meestal een hele plas ineens in de broek. Sommige van deze kinderen zijn al zindelijk geweest en krijgen later pas klachten. Andere kinderen zijn nog nooit een aantal weken achter elkaar droog geweest. Ongeveer de helft van deze kinderen heeft ook andere zindelijkheidsproblemen, zoals bedplassen en broekpoepen. Wat opvalt bij deze kinderen is hun drukke gedrag. Zij zijn snel afgeleid en kunnen zich moeilijk concentreren. Op school hebben zij bijvoorbeeld moeite met het afmaken van opdrachtjes en ook thuis zijn ze met veel dingen tegelijk bezig. Ze hebben moeite met stilzitten en springen van de hak op de tak. Deze kinderen zijn vaak impulsief en spontaan.

## **Kinderen met blaasproblemen, die niet nat zijn**

Er zijn ook kinderen die niet nat zijn, maar wel verkeerd plassen, niet leeg plassen of steeds blaasontstekingen hebben. Ook hier zijn er twee vormen:

### *1. Kinderen met een probleem met de aandrang*

Het aandrangprobleem of overactieve blaas zagen we ook bij kinderen die nat zijn. Het verschil met deze kinderen is dat deze kinderen wel droog blijven. Ze hebben wel last van het feit dat ze heel vaak naar het toilet moeten en steeds op moeten letten waar een toilet is.

### *2. Kinderen die verkeerd plassen en te goed ophouden*

Deze kinderen plassen verkeerd en zijn kurkdroog. Zij onderdrukken de aandrang een lange tijd door voortdurend de bekkenbodemspieren aan te spannen. Op den duur krijgen zij problemen met het plassen zelf. Zij kunnen niet meer ontspannen tijdens het plassen. Ze gaan persen op de plas. Het gevolg is dat er steeds wat urine in de blaas achterblijft. De kinderen voelen door het steeds weer uitstellen van het plassen steeds later de aandrang.

Het plassen gaat beetje bij beetje. Doordat urine in de blaas achterblijft, kunnen er blaasontstekingen ontstaan.

## **Wat kan er aan al deze problemen gedaan worden?**

Er zijn verschillende mogelijkheden om al deze plasproblemen op te lossen. Heeft uw kind last van een blaasontsteking? Dan moet de blaasontsteking allereerst behandeld worden. De behandelend specialist zal meestal een antibioticum voorschrijven. Om te voorkomen dat er opnieuw blaasontstekingen ontstaan kan uw kind een onderhoudsdosering van een antibioticum voorgeschreven krijgen. Dat zal dan langere tijd gebruikt moeten worden.

Krampen van de blaas kunnen ook met medicijnen behandeld worden. De blaas wordt dan rustiger. Deze medicijnen verhelpen echter niet de oorzaak en daar zal ook iets aan gedaan moeten worden.

De kinderen gaan leren om zelf de aandrang te herkennen en om daarop te reageren. Daarnaast moeten ze leren om de sluitspier te ontspannen bij het plassen. De blaasproblemen zijn pas opgelost als uw kind geleerd heeft de blaas helemaal leeg te plassen en te gaan plassen als de blaas het seintje geeft dat hij moet gaan plassen. Daarvoor wordt een training bij de kindercontinentieverpleegkundige/kinderurotherapeut geadviseerd. Zij zal beoordelen of uw kind in aanmerking komt voor een training.

Ook de poepproblemen die ontstaan zijn door de blaasproblemen worden door hen behandeld. De kinderen krijgen daarvoor medicijnen en goede adviezen.

## **Training**

Tijdens de training leert uw kind zelfstandig toiletgedrag aan en uw kind wordt gemotiveerd om het trainingsprogramma vol te houden. Alleen uw kind zelf kan de verkeerde plsgewoonten veranderen.

## **Support**

Uw houding als ouder is heel belangrijk. Van u wordt gevraagd om de supportersrol te vervullen: 'juichend aan de kant staan' is een belangrijk onderdeel van de training. Als ouders niet helemaal achter de training staan, zal het kind dat merken en de moed snel opgeven.

## **Wilt u meer weten?**

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de continentiepoli. Wij zijn iedere dag bereikbaar, behalve op vrijdag.

Telefoonnummer 088 708 53 15

Mailen mag ook. E-mail:

[plasenpoeppoli@zgt.nl](mailto:plasenpoeppoli@zgt.nl)

## Check het dossier van uw kind op MijnZGT

Check het dossier van uw kind op MijnZGT. MijnZGT is het patiëntenportaal van ZGT. U kunt op MijnZGT via uw computer, tablet of mobiel delen van het medisch dossier van uw kind inzien, persoonlijke gegevens checken, of bijvoorbeeld vragenlijsten invullen die wij hebben klaargezet. Kijk voor meer info op: <https://www.zgt.nl/media/20045/40082905-folder-inloggen-mijnzgt-machtiging-18-06-2019.pdf>