

## Đái dầm= Enuresis

Với khái niệm đái dầm người ta hiểu rằng, đó là hiện tượng đái ra giường trong khi ngủ, sau khi kết thúc độ tuổi thứ năm, đây là độ tuổi mà mức độ chín muồi về tâm sinh lý ở hầu hết trẻ em có thể cho phép kiểm tra bàng quang các cháu theo ý muốn.

### Số liệu

Khoảng 15% tất cả trẻ em ở lứa 5 tuổi, 10% tất cả trẻ em ở lứa 7 tuổi và 6% tất cả trẻ em lứa 10 tuổi bị đái dầm nhiều hay ít thường xuyên. Số trẻ em nam giới mắc phải nhiều gấp đôi nữ giới. Hàng năm khoảng 15% số cháu bị đái dầm ráo hẳn không qua điều trị.



### Gánh nặng về tinh thần và thể xác cho cha mẹ và con cái

Hầu hết các cháu tự xấu hổ về việc đái ra giường và nhiều cháu đã cảm nhận tội lỗi vì các cháu đã gây gánh nặng cho cha mẹ. Các cháu thường bị tách ra khỏi cuộc sống xã hội và không tham dự các cuộc đi tham quan nghỉ ngơi theo lớp vì sợ các bạn khác trêu. Trẻ đái dầm thường ít tự tin hơn trẻ em khác.

Các bậc cha mẹ cũng cảm thấy hổ thẹn và cũng tự cảm thấy thiếu sót vì đã có lỗi trong việc giáo dục con mình, có khi còn xảy ra phản nộ vì phải giặt giũ nhiều đồ đạc.

### Bàng quang và bộ não hoạt động ra sao?



Việc sản sinh nước tiểu là do loại hormon adiuretin(ADH) đảm nhận. Khoảng độ tuổi thứ 3 thì loại hormon này được tiết ra từ tuyến hypophyse (trong bộ não) theo nhịp điệu thời gian ban ngày, qua đó nước tiểu được sản xuất ra ban đêm ít hơn ban ngày.

### Có bao nhiêu dạng đái dầm

#### „Đái dầm sơ cấp“

Cháu bé chưa bao giờ khô ráo ban đêm trong khoảng thời gian dài hơn 6 tháng, cháu đang ở độ tuổi thứ 5 và đái dầm ban đêm ít nhất là 3 lần trong 1 tháng. Thường thường các cháu này ngủ rất say khó đánh thức cháu dậy. Cháu đái dầm ban đêm hầu như liên tiếp với lượng nước đái ra nhiều nhưng ban ngày lại ít đái.

#### „Đái dầm thứ cấp“

Nếu cháu bé đã có lần trong khoảng thời gian dài hơn 6 tháng khô ráo về ban đêm nhưng sau đó bị trở lại thì gọi là „Đái dầm thứ cấp“.

### Tại sao trẻ em đái vào giường

Các nguyên nhân thông thường sau:

#### Di truyền theo dòng giống gia đình

Bệnh đái dầm thường phát sinh theo di truyền. Nếu một thành viên cha hay mẹ trước đây đái dầm thì xác suất đái dầm ở con cái cũng cao.

#### Độ chín muồi bị chậm lại

Ở nhiều trẻ em bị đái dầm dường như sự kết hợp giữa bàng quang và các tín hiệu phát ra từ não còn chưa ở độ chín muồi. Các cháu bị đái dầm thường ngủ say. Sự kích thích của bàng quang đã tích đầy nước ở nhiều cháu còn chưa đủ độ chín muồi để đánh thức cháu dậy.

#### Thiếu hormon ADH

Ở các trẻ em bị đái dầm có thể thiếu loại hormone (ADH) về ban đêm. Loại hormone này đảm nhận trách nhiệm trong việc tiêu dùng nước.

#### Dung tích bàng quang nhỏ

Một nguyên nhân của bệnh đái dầm có thể do dung tích bàng quang nhỏ.

#### Thói quen uống nước sai

Một số trẻ em bị đái dầm hầu như từ sáng đến trưa uống rất ít, bắt đầu từ trưa đến chiều mới uống với lượng nước cần thiết cho cả ngày.



## Còn nguyên nhân khác nữa không?

Các triệu chứng sau có thể chứng tỏ một bệnh khác ở đoạn dưới đường dẫn niệu và cũng là một nguyên nhân của bệnh đái dầm:

- Buồn đái thường xuyên kể cả ban ngày,
- Bị buốt khi đái,
- Bị đái dắt (stotternder Harnstrahl),
- Nếu cháu bé thỉnh thoảng tỉnh giấc về ban đêm vì bị bàng quang ép,
- Nếu cháu hay bị ướt quần kể cả ban ngày,
- Nếu trước đây, đã có lần bị viêm nhiễm đường dẫn niệu.

Nếu cháu bé bị mắc một trong những triệu chứng trên xin khuyên rằng cần gặp bác sĩ ngay để điều trị.

Các nguyên nhân của bệnh đái dầm thứ cấp theo nguyên tắc khác với ở bệnh đái dầm sơ cấp. Nếu cháu bé đã có lần khô ráo trong khoảng thời gian ít nhất là 6 tháng thì ngoài các bệnh có thể có về khúc dưới đường dẫn niệu, thì các biến cố về tâm lý có thể là nguyên nhân gây bệnh – Ví dụ: Việc sinh thêm một người em, mâu thuẫn trong gia đình, cách ly giữa bố và mẹ, hay việc mất mát một thành viên trong gia đình.

## Phải làm gì khi cháu bé đái dầm?

Một cháu bé bị đái dầm ban đêm về nguyên tắc không nên đối xử đặc biệt. Cháu không có lỗi, hình phạt không giúp ích gì, bởi vì nguyên nhân đái dầm có thể rất đa dạng, rất khác nhau, cho nên tầm quan trọng đặc biệt là một sự chẩn đoán chính xác để bắt đầu một phương án điều trị có hiệu nghiệm.

Nếu cháu của ngài ít nhất là 5 tuổi thì ngài phải đến ngay bác sĩ để được bác sĩ khuyên bảo và giúp đỡ.

Bác sĩ nhi khoa là người mà ngài phải tiếp xúc đầu tiên, về nguyên tắc bác sĩ sẽ tiến hành các phương pháp khám khác nhau để có thể thành lập một sự chẩn đoán chính xác.

Để làm tốt việc này, sự ghi chép nhật ký bàng quang là có ý nghĩa và cần thiết để bác sĩ có thể đi đến một phương án điều trị đúng.

Chi tiết thêm về điều này ngài có thể tìm thấy trên Internet [www.blasentagebuch.de](http://www.blasentagebuch.de)

[www.initiative-trockene-nacht.de](http://www.initiative-trockene-nacht.de)



*Trockene Nacht*

Đêm khô ráo  
Những thông tin và lời  
khuyên thiết thực