

YÖKASTELU

Yökastelulla tarkoitetaan tahatonta, unen aikana tapahtuvaa virtsaamista. Lapsi nukkuu sikeästi eikä herää pissahädän tunteeseen. Kastelun taustalla on erilaisia syitä.

- keskimääräistä hitaampi kypsyminen
- perinnöllisyys
- sikeäunisuus
- suuret yölliset virtsamäärät (virtsan eritystä estävää hormonia erittyä liian vähän)
- yliaktiivinen rakkolihas (päivällä usein tihentynyttä virtsaamistarvetta ja pieniä lirahteluja housuun)
- osalla lapsista rakko on rauhallinen päivällä, mutta yliaktiivinen yöllä
- ummetus



YÖKASTELUN HOITO

Aina, kun lapsella on kastelua (yö-, päivä- tai molempia), kannattaa lasta ohjata käymään **säännöllisesti pissalla 2-3 tunnin** (aamupissa, ruokapissat, lähtöpissat, iltapissa) **välein hereillä oloaikana**.

Lapsen **juomistavat** kannattaa tarkistaa. Kun lapsella on yökastelua, kannattaa juoda tasaisesti päivän aikana iltaa kohden vähentäen. Päivän aikana olisi hyvä juoda tasaisesti 8 lasillista, noin 1.2 - 1.5 litraa (3 lasillista maitotuotteita ja loput 5 vettä), klo 18 jälkeen enää lasillinen iltapalan yhteydessä.

Suolen toiminta – **ummetuksen** hoito tarvittaessa (esim. Pegorion/Movicol). Kakalla olisi hyvä käydä päivittäin rauhassa ja keskittyneesti.

Jos kyseessä on selkeästi virtsan liikaeritys (hormonitoiminnan kypsymättömyys), kannattaa käyttöön ottaa **desmopressiini-lääkitys (Minirin)** siinä vaiheessa, kun päiväasiat ovat kunnossa.

Hoidon perusta on arkipäivän tapa-asiat, lääke on vain pieni lisäapu.

Yövaippa kannattaa jättää pois lapsen lähestyessä kouluikää tai viimeistään ekaluokan keväällä. Herääminen märkään sänkyyn auttaa lasta skarppaamaan ja vähitellen heräämään yöllä pissalle.

Hälytinhoito

Kasteluhälytin reagoi kosteuteen ja alkaa hälyttää. Tarkoitus on, että pissaaminen keskeytyy. Lapsi joko herää ja menee WC:n pissalle tai oppii pidättämään yöaikaan. Kasteluhälytintä kannattaa kokeilla siinä vaiheessa, kun kastelua on kerran yössä.