سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع

٦

مشكلة التبول اللاإرادي

عند الأطفال

طبيعتها - أسبابها - علاجها

إعداد

الدكتورة سناء محمد سليمان

أستاذ علم النفس

كلية البنات - جامعة عين شمس

عالم الكتب

عالم الكتب

نشر . توزيع . طباعة

❖ الإدارة :

16 شارع جواد حسنى - القاهرة

تليفون : 3924626

فاكس : 002023939027

❖ المكتبة :

38 شارع عبد الخالق ثروت - القاهرة

تليفون : 3926401 - 3959534

ص . ب 66 محمد فريد

الرمز البريد : 11518

❖ الطبعة الأولى

شعبان 1426هـ - سبتمبر 2005 م

❖ رقم الإيداع 16362 / 2005

❖ الموقع على الإنترنت : WWW.alamalkotob.com

❖ البريد الإلكتروني : info@alamalkotob.com

الإهداء

أهدى هذا العمل إلى:

- إلى زوجي الفاضل.. وأبنائي.. وأحفادي
- إلى الآباء.. والأمهات.. والمربين
- إلى كل من يهتم بتربية وتعليم ورعاية الأطفال

المؤلف

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ فَبَشِّرْ عِبَادِ ﴿١٧﴾ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُو الْأَلْبَابِ ﴿١٨﴾

[سُورَةُ الزُّمَرِ ـ ١٧، ١٨]

مقدمة الاصدار الأول

تم تعيينى عام (١٩٩٨) مديرا لمركز تنمية الإمكانات البشرية - بكلية البنات جامعة عين شمس - وتمنيت إصدار (سلسلة ثقافة سيكولوجية للجميع) تحت مظلة المركز فى ذلك الوقت .. بهدف تقديم بعض الموضوعات الخاصة بالأسرة والمشكلات السلوكية للأبناء بطريقة عملية مبسطة ومفيدة تساعد على تنمية وعي الوالدين والأبناء، وعلاج بعض المشكلات أو الوقاية منها لفئات المجتمع المختلفة.

وقمت بعرض الفكرة على الزملاء بقسم علم النفس واستحسنوا الفكرة .. إلا أنها لم تبدأ فى ذلك الوقت .. ودارت عجلة الحياة بمشاغلها ومسئولياتها الكبيرة.

وقد وفقنى الله سبحانه وتعالى العام الماضى ٢٠٠٢م للعمل بكلية التربية - جامعة الملك عبدالعزيز بالمدينة المنورة .. وعشت بكل مشاعرى فى هذه المدينة المقدسة مدينة رسول الله ﷺ .. وبدأت أشعر برغبة شديدة نحو مسئوليتى أمام الله سبحانه وتعالى فى تقديم ثقافة سيكولوجية للجميع؛ عسى أن يستفيد الوالدين والأبناء والمربين من تلك الثقافة وأن ينتفع بها

المتقعة القصوى.. وأن يتقبل الله هذا العمل. وهذا هو الإصدار الأول من هذه السلسلة تحت عنوان: التوافق الزواجي واستقرار الأسرة (من منظور إسلامي - نفسي - اجتماعي)

وادعو الله أن ييسر لي استكمال تلك السلسلة.

وأن يتقبل هذا العمل خالصة لوجهه سبحانه وتعالى.

والله ولي التوفيق.

أ.د سناء محمد سليمان

٢٠٠٥م

فهرس الموضوعات

- المقدمة ٩
- تعريف التبول اللاإرادى ١٥
- التبول الطبيعى وبعض مشاكله ١٧
- القدرة على ضبط عمليات المثانة ٢٤
- التأخر فى ضبط عمليات المثانة ٢٦
- فسيولوجيا التبول اللاإرادى ٣١
- أشكال التبول اللاإرادى ٣٢
- بوال النهار ٣٣
- ما مدى انتشار التبول اللاإرادى ٣٦
- الأمور المصاحبة للتبول اللاإرادى ٣٨
- هل يؤثر التبول اللاإرادى على الطفل وأسرته ٤٠
- أساليب المعاملة الوالدية فى موقف الإخراج ٤٢
- أسباب مشكلة التبول اللاإرادى: ٤٦
- أولا: الأسباب الجسمية أو العضوية ٥٠
- ثانيا: الأسباب الاجتماعية التربوية ٥٥
- ثالثا: الأسباب النفسية ٥٧
- رابعا: الأسباب الوراثية ٦٩
- علاج مشكلة التبول اللاإرادى ٧١
- أولا: مرحلة التشخيص ٧٢
- ثانيا: مرحلة العلاج ٧٤

تابع فهرس الموضوعات

١ـ العلاج الطبى ٧٦

٢ـ العلاج النفسى التربوى ٧٨

٣ـ العلاج الارشادى ٨١

٤ـ العلاج الاجتماعى أو البيئى ٨١

٥ـ العلاج السلوكى ٨٢

ـ بعض البرامج العلاجية غير الدوائية ٨٥

ـ بعض الارشادات والنصائح ٩٨

ـ الخاتمة ١٠٦

ـ قائمة المراجع ١٠٩

ـ الإنتاج العلمى للأستاذة الدكتورة/ سناء محمد سليمان ١١٣

مشكلة التبول اللاإرادى

(الأسباب، الوقاية، العلاج)

مقدمة:

قال تعالى: ﴿المال والبنون زينة الحياة الدنيا﴾.

هذه الآية توضح لنا أن الأطفال هم نعمة الله على خلقه فهو يعطى من يشاء ويحرم من يشاء من خلقه جل وعلا.

غير أننا بدأنا نسمع عن مشكلات الأطفال من القلق والاكتئاب أو بسبب الفشل الدراسى أو بسبب الألم النفسى الذى يمزق صدورهم. فالطفل ليس كالكبير- فهو لا يستطيع أن يعبر عن مكنونات نفسه ولا يستطيع أن يصف ألمه النفسى خاصة فى السنوات المبكرة من عمره، ولهذا فإن معاناته النفسية تأخذ أشكالاً أخرى فى التعبير، فقد يضطرب فى نومه، أو يفقد شهيته، أو يصاب بالغيرة أو السرقة، أو يصاب بالتبول أو التبرز اللاإرادى، وربما قد يتلعثم فى الكلام، وقد يكذب أيضا أو يهرب من البيت أو المدرسة أو يصير عدوانيا.. إلخ، وهذه الأعراض تعنى أن الطفل غير سعيد ويحتاج إلى مساعدة من قبل الوالدين أو الأطباء المتخصصين فى هذا المجال.

وأن الطفولة السوية السعيدة تترك بصماتها فى شكل مراهقة سعيدة وسوية أيضا ولكى تكون هذه الطفولة سعيدة وسوية لابد من الاهتمام بهذه المرحلة فى حياة الطفل من قبل الوالدين ومن هنا يبرز دور الأسرة فى نمو الطفل، فهى المسؤولة عن تحويله من كائن بيولوجى إلى كائن اجتماعى،

فعلى الرغم من أن عملية النمو عملية طبيعية تحدث داخل الكائن الإنسانى نفسه، إلا أنها تتوقف على مقدار ما يلقاه الطفل من العناية والرعاية والإشراف والتغذية والتوجيه وفوق كل ذلك ما يلقاه من الحب والعطف والدفء والحنان والتدريب والتعليم والتأهيل فى أشياء كثيرة فى حياته منها التدريب على عملية التبول فى الأماكن الخاصة حتى لا يتعرض الطفل للتبول اللاإرادى وما ينتج عنها من مشاكل نفسية واجتماعية إذا لم يكن هناك وجود لأى مشكلة جسمية.

إن من أكثر الاضطرابات شيوعاً فى مرحلة الطفولة ما يعرف «بالتبول اللاإرادى» والذى يظهر فى عدم مقدرة الطفل فى السيطرة على مثانته فلا يستطيع التحكم فى انسياب البول.

- ويعرف علماء النفس اضطراب التبول بأنه حالة انسكاب البول لا إرادياً اللاإرادية ليلاً أو نهاراً أو نهاراً وليلاً معاً لدى طفل تجاوز عمره ٣ - ٤ سنوات وهو الذى يتوقع عنده التحكم دون أن يكون هناك سبب عضوى خلف ذلك.
- وقد كتب عن هذه المشكلة فى البرديات المصرية قبل أكثر من ١٥٠٠ سنة قبل الميلاد.

وإذا كان طفل الثلاثين شهراً يمكنه التحكم فى عملية التبرز فإنه لا يمكنه التحكم فى التبول أثناء الليل إلا قرب الأربعين شهرا، وقد يبكر بعض الأطفال فى قدرتهم إلا أن المألوف فى العادة أن الأم تبدأ بتدريب الطفل على ضبط عملية التبول قرب الثانية من العمر.

ولعل أبرز مشكلات الأطفال فى السنتين الأوليتين من عمرهم هى

تعويدهم على التبول وضبطه وإن كان على الآباء ألا يحيروا ظهور التبول اللاإرادى حتى سن الثالثة أهمية كبرى فإذا تخطى الطفل هذا العمل دون أن يتعود الاحتفاظ بجفاف ملابسه كان هذا أمر يستدعى الاهتمام حقا.

وهناك من الأطفال من يعتادون ضبط المثانة قبل إتمام السنة الثانية من العمر إلا أن الغالبية العظمى من الأطفال التى تصل إلى ٨٥٪ تقريباً تتمكن من السيطرة التامة على المثانة فى الخامسة وبعد عمر العاشرة يكون ٩٧٪ تقريبًا من الأطفال قادرين على السيطرة التامة على المثانة إلا أن هذا الاضطراب قد يستمر إلى مرحلة المراهقة وربما إلى مرحلة الشباب لدى ١٪ تقريباً ممن كان لديهم هذا الاضطراب فى الطفولة.

ويحدث التبول عادة فى الثلث الأول من فترة النوم وفى حالات قليلة أو نادرة تحدث خلال فترة النوم المصحوبة بحركة العين السريعة ويمضى الطفل عادة ثلث الفترة الباقية من النوم لا يتبول، وإن كان التبول فى الفراش قد يحدث أكثر من مرة واحدة طوال فترة النوم لدى بعض الأطفال.

والطفل فى سن المدرسة يبلل ملابسه بعد أن يكون قد ضبط نفسه فترة طويلة من الوقت حينما تحين فرصة ذلك مثل فترة الراحة بين الحصص أو الفسحة وبعد الانصراف من المدرسة وإن كان هناك حالات نادرة يتبول فيها أثناء شرح المعلمة.

ومن الملاحظ أن ٧٥٪ من الأطفال الذين لديهم التبول اللاإرادى كان لديهم قريب من الدرجة الأولى يعانى من نفس الاضطراب، كما أن هذا

الاضطراب يعتبر أكثر انتشاراً بين التوائم المتماثلة عن التوائم غير المتماثلة.

كما أن التبول النهارى اللاإرادى نسبته أقل من التبول الليلى اللاإرادى، وإن كان التبول النهارى نسبته فى الإناث أكثر من الذكور.

ولقد كان من الأسباب التى دفعتنى إلى إعداد **هذا الإصدار من سلسلة ثقافية سيكولوجية للجميع. عن مشكلة التبول اللاإرادى** - مقابلة أم أميره فى الحرم النبوى الشريف بالمدينة المنورة، وروت مشكلة الطفلة أميرة التى تبلغ من العمر خمسة أعوام وهى طفلة جميلة تتنقل وتلعب كالفراشة - ذكية ونشيطة، إلا أنها تتبول لا إرادياً نهاراً وليلاً بعد أن كانت تضبط نفسها والأم حائرة وعجزت عن حل المشكلة بعد أن استخدمت كل الوسائل على حد قولها - من ضرب وتأنيب و.. و... - وزاد من هلعها أن شقيق أميرة الأصغر منها بسنة ونصف تقريباً بدأ أيضاً يفعل مثلها - علماً بأن الأم جامعية..

وبعد عدة مقابلات مع الأم وتقديم بعض النصائح فى هذا الشأن والتعامل الأفضل مع المشكلة وإعطائها بعض الأوراق عن مشكلة التبول اللاإرادى (الأسباب، الوقاية، العلاج) وبدأت بالفعل تتبع الارشادات التى قرأتها وسمعتها - تحسنت حالة أميرة بشكل ملحوظ.

- هذا إلى جانب قصة أخرى لولد فى الصف الأول الإعدادى بدأ يتبول لاإرادياً فى فراشه ليلاً، وفشل الأب فى منع الولد من ذلك بالضرب كل يوم والقسوة، ولما زادت الحالة سوءاً ذهب به إلى الطبيب.. وتعرف من

الطبيب على كيفية التعامل مع هذه المشكلة، وبعد اتباع ارشادات الطبيب تحسنت حالة هذا الولد.. وأخذت المشكلة طريقها إلى الحل والحمد لله.

.. وأرجو من الله أن يكون هذا الإصدار عوناً للآباء والأمهات في التعرف على مشكلة التبول اللاإرادى من حيث الأسباب والوقاية والعلاج وتبصرهم عن معظم الأمور المرتبطة بهذه المشكلة.

وليس هناك شك في أن تلك المعرفة تفتح أعيننا على الكثير من الأمور التي تساعدنا في كيفية التعامل بأساليب سوية مع أبنائنا وبالتالي كيفية حل مشاكلهم العديدة وخاصة مشكلة التبول اللاإرادى.. حيث أنه ليس من الخطأ وجود المشاكل، ولكن الخطأ أو العيب في ترك علاجها والاستسلام لها أو علاجها بطريق الخطأ.

والله ولي التوفيق

أ.د سناء محمد سليمان

٢٠٠٥م

تعريف التبول الإرادى

يقصد بالتبول اللاإرادى (enuresis) ضعف قدرة الطفل على ضبط عمليات المثانة وعدم القدرة على التحكم فيها حتى يذهب إلى الحمام، فإذا تبول فى فراشه أثناء نومه سمى تبولاً ليلياً (nocturnal wetting) وإذا تبول أثناء لعبه أو جلوسه أو وقوفه سمى تبولاً نهارياً (diurnal wetting).

ويعتبر تبول الطفل في فراشه أو في ملابسه مشكلة إذا كان عمره الزمنى أكبر من خمس سنوات، وتكرر تبوله مرة أو أكثر كل أسبوع وعلى هذا لا يعتبر تبول الطفل لا إرادياً حتى سن الخامسة مشكلة، ولا يعتبر تبليله لفراشه أو تبوله فى ملابسه مرات قليلة مشكلة - لأن العرض لم يتكرر - فمن الملاحظ أن بعض تلاميذ الروضة والابتدائى يتبولون فى ملابسهم أحياناً، لعدم معرفتهم مكان الحمام أو لخوفهم وخجلهم من استئذان المدرسة أو لانشغالهم باللعب وتأجيلهم الذهاب إلى الحمام حتى آخر لحظة ويفلت البول رغماً عنهم، كما قد يتبول بعض التلاميذ فى فراشهم صدفة نتيجة حلم مزعج أو بسبب التعب وغلبة النوم فإذا لم يتكرر تبولهم لا يعتبر مشكلة.

ولا تعتبر حالات التبول اللاإرادى مشكلة كما يذكر بعض الباحثين إذا ما حدثت فى الطفولة المبكرة أى قبل ثلاث سنوات إلا إذا استمرت إلى ما بعد هذا السن حيث تعتبر حالة مرضية.

ويقصد بالتبول اللاإرادى «أنه حالة من عدم السيطرة على التبول - على أن تكون ثابتة وتظهر عند طفل يزيد عمره عن سن الخامسة».

أما «بولر baller، ١٩٧٥م - فيعرف التبول اللاإرادى بأنه «حالة من التفريغ اللاإرادى للمثانة ليلاً عند طفل يزيد عمره عن ثلاث سنوات ونصف بمعدل لا يقل عن مرتين فى الأسبوع من غير أن تظهر عنده أسباب عضوية واضحة».

فمن الملاحظ أن حوالى ٢٥ ٪ ممن يتبولون فى الليل تظهر عندهم هذه المشكلة فى النهار أيضا، وأن نسبة الأطفال الذين يتبولون لاإرادياً تتناقص تدريجيا مع تقدمهم فى العمر.