**ALTINI ISLATAN ÇOCUKLAR**

Çocuklar genellikle iki yaş civarında büyük tuvaletlerini, iki-üç yaş dolaylarında da küçük tuvaletlerini kontrol ederler. Altını ıslatma olayının duygusal ve bedensel bozukluklarla ilgili nedenleri vardır.

**Nedenleri**

* Böbrek, sidik torbası ve boşaltım yollarındaki bozukluklar.
* Bağırsak kurtları.
* Epilepsi nöbetleri.
* Omurganın alt taraflarında çatallı diken denilen bir bozukluğun olması. Bu tür çocuklarda uyku derindir. Yukarıda sözü edilen yapısal bozukluklar sonucu derin uykuda sidik torbasının büzücü kasları gevşemekte ya da içten gelen işeme uyarılması çocuğu uyandırmaya yetmemektedir.
* Soya çekim.
* Kıskançlık. Özellikle küçük kardeşini kıskanması sonucunda bebekliğe dönmek ve O'nun gibi ilgi görmek istemesi. Sevgi ve ilgiyi anne-babanın çocuklarına eşit olarak ayarlayamaması karşısındaki kıskançlık tepkileri.
* Anne-baba geçimsizliği.
* Erken ve baskılı tuvalet eğitimi, çocuğun altını ıslatma durumundan dolayı ayıplanması, hor görülmesi, cezalandırılması, altını ıslatmaması için korkutulması.
* Anne-babanın çocuğa sert davranması, şiddetli cezalar vermesi (dayak, azarlama, bazı isteklerden mahrum etme, odaya kapatma vs.) veya gereken ilgi, sevginin verilmemesi.
* Çocuklarda derin, dalgın uyku ve korkulu rüyalar
* Çocuğun psikolojik ve sosyal özürlerine karşı tepki göstermesi. (Örneğin; Çevreden bazı çocukların görünürdeki bazı kusur ve davranışları alay konusu edilir). Çocuk buna karşı altını ıslatma biçiminde tepki gösterebilir.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Önlemler**   * Altını ıslatma bedensel bozukluklardan ileri geliyorsa, çocuk tıbbi muayenelerden geçirilip, tedavi yoluna gidilmelidir. * Gece işemesi genellikle uykunun ilk saatlerinde olur. Özellikle çocuğun 7 yaşından önce gecede 1-2 kez tuvalete kaldırılması yararlı olabilir. Genellikle hangi saatlerde altını ıslattığı tesbit edilmeli ve o saatlerde tuvalete götürülmelidir. * Akşam yemeklerinde ve gece yatmadan önce çocuğa sıvı gıdalar verilmemeli. Her gece yatmadan önce tuvalete gitmesi sağlanmalıdır. * Akşam yemekleri fazla ağır olmamalıdır. Sindirimi güç olan yiyecekler çocuğun uyku düzenini bozar. Rüya ile karışık olan bu düzensiz uyku içinde de çocuk altını ıslatabilir. * Altını ıslatan çocuğun yatağı mutlaka her zaman temiz olmalı, her defasında değiştirilmeli, yatağı ve çarşafı korumak için altına muşamba vs. konulmamalıdır. * Çocuk her gece yatağına sevgi ve sevecenlik ile götürülmeli, yatağının temiz olduğu çocuğa belli edilmeli, ancak açıkça söylenmemelidir. * Altını ıslatmadığı günler sayılarak ve ödüllendirilerek takvim tutma yöntemi ile kuru kalkmaya özendirilmelidir. * Alınan tüm önlemlere karşın yine altını ıslatmaya devam ederse, durum ne olursa olsun çocuğun temizliği söylentisiz yapılmalıdır.   Sayın anne ve babalar! Şunu anımsamakta yarar var. Altını ıslatmanın cezalarla, korkutmalarla giderilmesi mümkün değildir. Bu önlemler aksine olumsuz sonuçlar yaratır. |

**REŞAT BENLİ İO REHBERLİK SERVİSİ**