

22岁女孩长期尿床——

孩子尿床骂不得

今日女报/凤网记者 李旦

尿床,这事谁都干过,可以说我们都在尿床中长大。可是,我们今天要说的是另一个年龄阶段的尿床,青少年时期甚至是成年人。说到这里,我估计你肯定会忍不住惊讶——大人还会尿床?没错,确实有大人还尿床的,而这除了身体方面的原因外,其中很大一部分就是因为家长的责骂。因为尿床而被家长责骂的,相信很多人都经历过,可能是长大后就没有尿床了也就因此而淡忘了,但有些孩子却一直在承受着被责骂的心理负担,以至于成年后都一直在尿床。

人物故事 >> 知道她为什么总是申请上晚班吗

22岁的李丽(化名)每天都是宿舍里最先起来的那一个,起床后就赶紧跑到洗手间换一条裤子。同事们为此都夸她怎么这么爱干净,李丽每次都只是笑笑,用自己有洁癖来解释。其实,李丽并不是有洁癖,而是经常尿床。22岁的人了,怎么还会尿床?说出去估计谁都不会信,但事实就是如此。而这一“毛病”在李丽本人看来也确实难以启齿,就连以前经常骂她的妈妈现在对此都不吱声了。

李丽是在农村长大的,她小时候也和很多孩子一样经常尿床。但和别人不同的是,李丽的妈妈是个特别暴躁的人,每次一发现她尿床了,就会把她骂一顿。到了5岁的时候,当其他孩子不再尿床的时候,李丽却还是“死性不改”,为此,妈妈骂得也就更凶了,有时候甚至还会使劲在李丽的屁股上打。“你这么没记性,我就不信了,打你一顿你还不长记性?”李丽说,每次妈妈就是这么打骂她的。随着妈妈打骂的次数和自己尿床的次数越来越多,李丽也变得不太爱说话。

因为是在农村长大,家人也都觉得她身体上肯定是没什么问题,所以,就从来没有带李丽去医院检查过。李丽自己很无奈,不知道为什么就是控制不住,在晚上睡觉的时候总是会尿床。“每次醒来,感觉到自己的裤子湿了就特别无语,可见又不敢跟家人讲,每次都偷偷跑到厕所换了再睡。”这是李丽上初中时的情形了。有一次尿床还是被妈妈发现了,妈妈又劈头盖脸就把她给骂了一顿,而且还当着

很多人的面讲这件事情,生怕别人不知道一样。这让李丽特别的难堪,只要妈妈一说这个,她就立马走开。“每次看到床单湿了一大块,就觉得压力很大,也在心里默默告诉自己下次一定不尿床了。”

因为经常会尿床,李丽从小到大从来没有在别人家留宿过,有时候好朋友再三挽留,她就是不肯,因为她不想让别人知道这个秘密,但在不知情的朋友看来就是不给面子。因为这个事情,李丽还和好朋友闹过几次矛盾。不仅是留宿,李丽也从不和别人同床睡,读书的时候,一个玩得特别好的女同学,有时候冷就想两个人挤一个被窝,可李丽却坚决不让。

读完初中,李丽就去读了中专,可是尿床的习惯还是照旧。为了不让同学发现,睡觉的时候,她就会偷偷的在屁股下面放一个塑料袋子,早上趁同学还没起来就去换了尿湿的裤子。中专毕业以后她去了深圳打工,住在集体寝室,害怕被室友发现自己尿床的毛病,她申请上了几年的夜班。几年下来,长期劳累导致她身体虚弱,尿床的毛病一点没变,反而变得性格内向、自卑。

今年年初,在好友的鼓励下,李丽终于走进了医院。医生称她得了隐性脊柱裂,这是一种神经系统发育不完善,是导致她尿床的部分原因。但医生同时也告诉她,即使这样,也是可以控制的,有不少患者就改正了尿床的习惯。但她之所以还会这样,很大原因是精神因素所致。

专家连线 >>

尿床是孩子的“专利”,指责将导致情况恶化

可以说尿床是孩子们成长中的“专利”,每个孩子小的时候都尿过床,这也是其成长发育所必需经历的一个阶段,因此,孩子尿床时,家长切记别让自己的言行伤了自己的自尊心。从医学的角度上来说,通常情况下,3岁开始,儿童控制排尿的功能逐渐成熟,能在睡眠中感受到尿意而醒来排尿。5岁以上仍尿床而自己不知道的,每周两次并持续半年以上,称之为儿童遗尿症。这时候家长最好带孩子去医院检查,看是否是身体方面的某些原因导致的。

从心理学的角度看,遗尿对孩子的心理创伤更大,往往使其性格内向,有不同程度的自卑心理。因此,在这里特别提醒家长,不能再过度指责,因为他们尿床时,自己会感到不安和自责,而这种心理已经是对自己的惩罚了。如果这时家长还加以责骂,无异是在给孩子雪上加霜,将其推向更加糟糕的境地。“问题孩子”出自“问题家长”。

案例中的李丽确实是因为身体存在一些原因才导致5岁以后还会尿床,但家长却因为本身知识的局限,一味地责备孩子,造成孩子在这方面有很严重的心理包袱,从而在某种程度上加重了病情的恶化。

我认为,当发生尿床现象时,家长与孩子进行沟通要注意三点。首先,家长要多站在孩子的立场和角度去体会他的感受,引导他思考自己尿床的原因,比如饮食原因、心理因素等。其次,要懂得调动孩子的主观能动性,让他自己尝试着缓解尿床的行为。这样一来,孩子会非常乐于看到好的结果从而产生积极的行为。最后,家长不能急于求成,要懂得循序渐进。只有具备足够的耐心,才能有更好的办法去达到帮助孩子缓解尿床行为的目的。

——亲子教育专家刘凌

链接 >>

案例:17岁男生常尿床,上高中了不敢住校

浙江省金华市中心医院最近接诊了一例病例,一个17岁的高中生,在父母的带领下,来到医院。小伙子看上去特别没自信,总低着头,不爱说话。原来,他已经有十多年的尿床史,以至于现在上高中了,都不敢住校,怕同学笑话。

医生一检查,发现这孩子尿床,除了神经系统有缺陷外,还与父母从小对他的教育方式有关。医生发现,身体并不是小张十多年习惯性尿床的唯一原因,跟他从小长期受到父母打骂有关,这给他的心理造成了很大的负担,在一定程度上,加重了他遗尿的程度和时间。

来源:《钱江晚报》

调查:广州儿童遗尿症发病率达7.75%

近日,中山大学附属第一医院儿科进行了一项调查,该项目共调查了9197人,年纪在6~14岁之间,结果显示遗尿症发病率约为7.75%。其中郊区小孩的发病率明显高于城市小孩,达到15%。而且孩子尿床和父母的文化程度有一定关系,父母受教育程度低,孩子更容易患遗尿症。

该病发病率为何会出现地区和文化程

度的差异?蒋小云医生解释,遗尿症在经济能力较低、在拥挤的大家庭和多个孩子共同生活的环境中较为常见,父母学历低的家庭高发的原因,可能和孩子缺乏恰当照顾有关。此次调查还发现,超过50%的家长对孩子尿床不重视,认为长大后自然会好转,结果耽误了孩子的诊治。

来源:《羊城晚报》

支招:孩子常尿床,怎么办?

- 1、让孩子养成良好生活习惯,每晚按时睡觉,睡前记得上个厕所,避免孩子玩得太过疲劳。
- 2、晚饭后少吃甜食和高蛋白饮料,以免口渴;晚饭后尽量少喝水和饮料、牛奶等。
- 3、如果孩子每晚某一时间段都会尿床,那么家长要给予孩子帮助,提前叫醒孩子起床排尿。
- 4、如孩子在5岁之后还频繁尿床,建议到医院检查。长期尿床者,建议去看看心理医生。

妈妈课堂 >>

早产的宝宝更怕疼,你知道吗

不知道你有没有发现,早产的宝宝似乎比其他足月的宝宝更怕痛、看起来更加脆弱。有些老人家还“预言”早产儿长大后怕痛。对于家有早产儿的父母来说,这无疑增加了一份忧心。

为什么怕痛?这跟早产儿早期的经历和生理原因有很大关系。

打针大多了。由于是不足月出生,早产宝宝的身体机能与足月宝宝有一定的差距,因此他(她)一出生便会常面临诸多治疗性的刺激,例如打针、抽血或吸痰等的操作。这些治疗带给早产宝宝

的痛感是深刻的,很多时候会伴随着童年,甚至走过终生。这就好比“一朝被蛇咬,十年怕井绳”,以至于他们长大后对于一点点的疼痛都会更怕。

触觉神经更敏感。早产儿的皮下脂肪比顺产儿的薄许多,使得他们的触觉神经更加的敏感,这也容易产生条件反射,加剧了害怕疼痛的感觉。

身体活力不足。大家可能都有这样的感觉,如果在十分寒冷的天气里,若身体遇到碰撞会比其它时候感到痛很多的。早产儿身体虚弱,火力不足,血液循环

欠佳也可能加重了出生后的痛感。

早产儿由于体温调节中枢发育不完善,体表面积大,散热快,极易造成体温过低。而低体温造成了早产儿体内的血液不循环而加重的疼痛感,从而有了更加明显的条件反射。

减轻疼痛感 给孩子多一点呵护

如果疼痛感真的伴随早产儿,听起来貌似早产宝宝真的比足月宝宝脆弱点。有什么办法让早产宝宝更强壮点呢?除了足够的营养睡眠之外,给他们减少疼痛感也

是一个关键的方法。

“便利蜷曲”。这是指当婴儿侧卧、仰卧或俯卧时,四肢中线屈曲位且呈放松状态的一种舒适体位。屈曲体位可同时对本体感觉、温度和触觉系统给予柔和的刺激,是一种有效的疼痛干预方法。

鸟巢护理。使用襁褓或棉布做成的被子包裹早产儿,使其提高安全感,提高自我调节的能力,从而使疼痛减轻。

袋鼠式护理。早产儿的爸爸或妈妈,以类似袋鼠、无尾熊等有袋动物照顾幼儿的方式,将早

产儿直立式地贴在父母母亲的胸口,提供他们所需的安全感。

抚触与音乐。通过抚触,可刺激新生儿前庭、运动感觉系统,调节行为状态,减少应激行为,使新生儿产生愉悦的情绪,从而使疼痛缓解。同时,让有疼痛反应的患儿听轻柔的音乐,患儿的疼痛反应可明显降低。

未满10个月就迫不及待来到这个世界上的宝宝们,迫切地渴望与爸爸妈妈见面。虽然随之而来的是更多的疼痛和困难,但是父母充满温情的照顾一定能弥补早产儿生理上的不足。