

B U D A P E S T

26/05/2025

KERTVÁROS MAGAZIN

A Kertváros Pszichológiai Rendelő magazinja

“Ez nem lustaság, hanem egy jelzés” –

Interjú Dr. Sófi Gyula gyermekpszichiáterrel az enurézisről

„Ez nem lustaság, hanem egy jelzés” – Interjú Dr. Sófi Gyula gyermekpszichiáterrel az enurézisről

Riporter: Jó napot, Doktor Úr! Köszönjük, hogy elfogadta a meghívást. Kezdjük az alapokkal: Mit jelent pontosan az enurézis? Dr. Sófi Gyula: Jó napot kívánok! Az enurézis orvosi szakszó az akaratlan vizeletürítésre, leggyakrabban éjszaka, alvás közben. A köznyelvben ezt általában ágybavizelésnek hívják. Fontos megkülönböztetni az úgynevezett primer enurézist, amikor a gyermek soha nem volt teljesen szobatiszta éjszaka, illetve a szekunder enurézist, amikor egy idő után –



tehát például hónapokig vagy akár évekig tartó száraz időszak után – ismét megjelenik az ágybavizelés.

Riporter: Milyen gyakori ez a jelenség a gyermekek körében? Dr. S.Gy.: Meglepően gyakori. Ötéves kor körül a gyermekek körülbelül 15-20%-a még rendszeresen bepisil éjszaka. Ez az arány fokozatosan csökken az életkor előrehaladtával: 7 éves korban kb. 10%, 10 éves korban pedig már csak 3-5%. Fontos hangsúlyozni, hogy ez nem „rossz szokás” vagy „nevelési hiba”, hanem egy komplex testi-lelki jelenség.

AZ INTERJÚ ISMÉT
NAGYON JÓ HANGULATÚ
VOLT, A RENDELŐ
NYUGALMAT ÁRASZT...

(SZERK. VM.)



tehát például hónapokig vagy akár évekig tartó száraz időszak után – ismét megjelenik az ágybavizelés.

Riporter: Milyen gyakori ez a jelenség a gyermekek körében?

Dr. S.Gy.: Meglepően gyakori. Ötéves kor körül a gyermekek körülbelül 15-20%-a még rendszeresen bepisil éjszaka. Ez az arány fokozatosan csökken az életkor előrehaladtával: 7 éves korban kb. 10%, 10 éves korban pedig már csak 3-5%. Fontos hangsúlyozni, hogy ez nem „rossz szokás” vagy „nevelési hiba”, hanem egy komplex testi-lelki jelenség.



Riporter: Mi okozza az enurézist? Fizikai vagy inkább pszichés problémáról van szó?

Dr. S.Gy.: Az esetek többségében kombinált okokról beszélünk. Fizikai tényezők lehetnek például a húgyhólyag éretlensége, alvászavarok, vagy hormonális eltérés – például ha a gyermek szervezete nem termel elegendő antidiuretikus hormont éjszaka, amely segít visszatartani a vizeletet.

Pszichés okoknál gyakran valamilyen változás vagy stressz – például testvér születése, költözés, óvodakezdés – áll a háttérben. A szekunder enurézisnél különösen gyakori, hogy a gyermek valamilyen érzelmi megterhelésre reagál így.

Riporter: Mikor kell orvoshoz fordulni?
Dr. S.Gy.: Ha a gyermek már betöltötte az 5. életévét, és hetente többször bepisil éjszaka, érdemes felkeresni a háziorvost vagy gyermekorvost. Ő kizárhatja a testi okokat (például húgyúti fertőzést, cukorbetegséget), majd szükség esetén továbbirányít gyermekpszichológushoz vagy urológushoz. Minél előbb történik meg a kivizsgálás, annál gyorsabban lehet segíteni – és ezzel csökkenteni a gyermek lelki terheit.

Riporter: Milyen kezelési lehetőségek állnak rendelkezésre?

Dr. S.Gy.: Többféle módszer is létezik. Kezdetben viselkedésterápia szokott történni, például ún. "pisilési napló" vezetése, vagy vizeletérzékelő ébresztő használata, ami éjjel jelez, ha elindul a vizelet.

Fontos a pozitív megerősítés – soha ne büntessük vagy szégyenítsük meg a gyermeket emiatt!

Súlyosabb esetekben orvosi javaslatra gyógyszeres kezelés is szóba jöhet. Ezek célja általában a hólyagkapacitás növelése vagy a vizelet mennyiségének csökkentése éjjel.

Emellett pszichológiai támogatás is nagyon fontos lehet, főleg, ha érzelmi tényezők is szerepet játszanak.

Riporter: Mit tehetnek a szülők, hogy segítsenek a gyermeküknek?

Dr. S.Gy.: A legfontosabb: legyenek türelmesek és megértőek. Az ágybavizelés nem szándékos, a gyerek nem „akarja”, hogy ez történjen. Érdemes rutint kialakítani a lefekvéshez – például mindig elmenni vécére előtte –, és kerülni a túlzott folyadékfogyasztást az esti órákban.

Sose használjuk szégyenítésre, és semmiképpen ne hasonlítsuk más testvérhez vagy barátához. Az empátia és az együttműködés hosszú távon mindig kifizetődőbb.

Riporter: Köszönjük szépen az informatív beszélgetést, Doktor Úr!

Dr. S.Gy.: Én is köszönöm a lehetőséget. Remélem, hogy ezzel segítünk megérteni: az enurézis nem szégyen, hanem egy állapot, amit kezelni lehet – és kell is.



PSZICHÉS PROBLÉMÁK GYERMEKKORBAN ?



**Rendelőnkben
gyermekpszichológus és
gyermekpszichiáter vár
Titeket!**



Egyéni
terápia



Szülőkonzultá
ció



Diagnosztika



KERTVÁROS
PSZICHOLÓGIAI RENDELŐ

www.gypsychologia.eu