

BAJSSCHEMA

Med hjälp av det här schemat och klistermärken, en fin stämpel eller roliga färgpennor påminns och motiveras barnet (med stöd av vuxen) att öva på att bajs regelbundet. När tarmen ställt in sig på regelbunden tömning (helst dagligen) trappas övningen ner till en gång per dag. Fokus ligger då på att bibehålla den fina vanan.



Illustration: Maria Källström

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Frukost							
Lunch							
Middag							

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Frukost							
Lunch							
Middag							

BEHANDLINGSPLAN FÖRSTOPPNING

Lavemangsbehandling

Ditt barn har ordinerats behandling med dagligen i tre dagar, därefter varannan dag i en vecka.

Det är viktigt att kroppen får ställa in sig på regelbundna tarmtömningar. Barnet ska prova att bajsas tre gånger dagligen. Detta sker 10–20 minuter efter dagens stora måltider som frukost, lunch och middag. Det räcker att försöka i fem minuter.

Lavemangsbehandlingen hjälper barnet att snabbare komma in i rätt vanor. Ge lavemanget i samband med en av tidpunkterna ovan. De flesta väljer att ta det efter middagsmaten. När lavemangsbehandlingen trappas ut fortsätter träningen med att hitta dagliga toaletterutiner.

Till att börja med kan det hända att barnet inte känner sig bajsnödigt, men det kommer så småningom att fungera. Målet är att bajsas ordentligt minst en gång varje till varannan dag.

Vid återfall/försämring upprepas lavemangsbehandlingen tills avföringsvanorna åter kommit i balans.

Mjukgörande behandling

För att bajset ska vara lätt att trycka ut har barnet ordinerats, dos(er) dagligen.

Dosen kan justeras uppåt och nedåt för att nå bästa konsistens. Sluta dock inte helt med medicinen förrän barnet varit symtomfritt under två månaders tid. Behandling med mjukgörande läkemedel kan ta lång tid, ungefär dubbelt så lång tid som förstoppningen funnits.

När behandlingen avslutas ska läkemedlet trappas ut under cirka en månads tid.

BEHANDLINGSPLAN FÖRSTOPPNING

Evakuering med makrogolbehandling i högdos

Ditt barn har ordinerats behandling med, dospåsar/dag, tills det kommer rejält med avföring, dock max sju dagar.

Behandlingen kan ge avföringsinkontinens och det kan därför vara bra att vara hemma i lugn och ro under tiden.

Det är viktigt att kroppen får ställa in sig på regelbundna tarmtömningar. Barnet ska prova att bajsas tre gånger dagligen. Detta sker 10–20 minuter efter dagens stora måltider som frukost, lunch och middag. Det räcker att försöka i fem minuter.

Till att börja med kan det hända att barnet inte känner sig bajsnödigt, men det kommer så småningom att fungera. Målet är att bajsas ordentligt minst en gång varje till varannan dag.

Vid återfall/försämring upprepas behandlingen tills avföringsvanorna åter kommit i balans.

Mjukgörande behandling

För att bajset ska vara lätt att trycka ut har barnet ordinerats, dos(er) dagligen.

Dosen kan justeras uppåt och nedåt för att nå bästa konsistens. Sluta dock inte helt med medicinen förrän barnet varit symtomfritt under två månaders tid. Behandling med mjukgörande läkemedel kan ta lång tid, ungefär dubbelt så lång tid som förstoppningen funnits.

När behandlingen avslutas ska läkemedlet trappas ut under cirka en månads tid.

INFORMATIONSBREV TILL FÖRSKOLAN

Stöd för att hjälpa barn att hålla sina toalettrutiner i förskolan

Barn i förskolemiljö behöver toalettrutiner för att hålla sig torra. Barn har fullt upp med att leka och lära sig nya saker, därför behöver de hjälpas till potta/toalett regelbundet, även om de inte tycker sig ha något behov. Efter mat och sömn är det naturligt att behöva gå på potta/toalett.

Förslag på toalettrutiner hos er:

- efter frukost
- innan utelek
- efter lunch
- efter sovstund/vila
- efter mellanmål.

Barn kan sitta på potta eller toalett för att kissa eller bajsas. Sitter barnet på toalett behövs en toalettring för kunna sitta avslappnat och en pall under fötterna. Fråga inte om barnet vill gå för att kissa eller bajsas utan fråga om barnet vill sjunga en sång eller titta på en leksak medan hen sitter på potta/toalett.

Tips:

- Rimliga belöningar och mutor är tillåtna. Exempel på det kan vara vissa leksaker man bara får titta på när man sitter på potta/toalett, att sjunga en sång eller läsa en bok.
- Utnyttja barns vilja att härma andra barn. Många går gärna på potta/toalett tillsammans. Var bara vaksam på de barn som inte gillar det alls.

Om ett barn ofta kissar på sig, eller om det kommer avföring i underbyxorna, kan det bero på att barnet är bajsnödigt men håller det tillbaka. Hitta ett sätt att få barnet att känna sig tryggt och komma till ro för att bajsas. Det är av stor betydelse att rutinen med att bajsas i förskolan fungerar. Barn som håller sig kan komma att fortsätta med det upp i skolåldern, vilket ger stora problem för barnet.

Tecken på kissnödighet:

- barnet kan inte sitta stilla
- barnet trippar på tå
- barnet håller handen mot snippan eller runt snoppen, sitter på hälen.

Tecken på bajsnödighet:

- barnet står stilla för att kunna knipa med rumpmusklerna
- barnet håller handen mot rumpan.

Ha tålamod med rutinerna, det kommer att bespara er tid med färre klädbyten.

BASALA KISSRÅD

Ditt barn behöver gå regelbundet på toaletten, jämnt fördelat över dagen. Barnet ska kissa direkt på morgonen när hen har vaknat, på förmiddagen, efter lunch, på eftermiddagen, efter middagsmaten samt innan läggdags. Blir barnet kissnödigt däremellan ska hen förstås inte hålla sig utan gå på toaletten.

Det kan hända att barnet inte känner sig kissnödigt. Hen ska ändå uppmanas att kissa. Genom att kissa utan att vara kissnödig tränas nervsystemet och barnet blir mer uppmärksam på signaler om kissnödighet, vilket ska ge mindre läckage i kläderna.

Det är viktigt att barnet har en skön sittställning på toaletten med stöd för hela låret. Det kan behövas en barntolettsits och en pall under fötterna som gör att musklerna kring urinblåsan slappnar av.

Ge barnet mycket beröm för bra arbete, använd belöningar som att klistra klistermärken på ett kisschema.

Kom ihåg att ge barnet tillräckligt med vatten att dricka så att urinblåsan kan fyllas och tömma sig.

Sittställningen ska kännas trygg. Hela låret vilar på sitsen, benen är brett isär, knäna över höfthöjd, byxor och underkläder nere vid fötterna och kroppen framåtlutad. Armbågarna kan gärna vila på knäna.

Illustration: Maria Källström



KISSCHEMA

Med hjälp av det här schemat och klistermärken, en fin stämpel eller roliga färgpennor påminns och motiveras barnet (med stöd av vuxen) att öva på att kissa regelbundet. Målet är att få sunda kissvanor.



Illustration: Maria Källström

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Morgon							
Förmiddag							
Lunch							
Eftermiddag							
Middag							
Läggdags							

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
Morgon							
Förmiddag							
Lunch							
Eftermiddag							
Middag							
Läggdags							