



Hvordan bør barnet tisse ?

En veileder til barn og foreldre der man mistenker at barnet har problem med å tømme blæren ordentlig når det tisser.

Hvorfor er det viktig å tømme blæren helt når man tisser ?

- Fordi resturin gir økt sjanse for at man får urinveisinfeksjoner: bakterier får anledning til å være i blæren over tid slik at de formerer seg og bli mange.
- Det er en fordel at blæren tømmes helt slik at det blir mer plass til å fylles på nytt.

Det er svært viktig at barnet tisser regelmessig utover dagen, og ikke holder seg.

- Faste tissetider med 2-3 timers mellomrom.

Hvordan tømmer barnet best blæren ?

- Sørg for at barnet er trygg på doen
- At det er lyst og varmt nok
- Også gutter kan med fordel sitte.
- Trekk buksene godt ned (helst ned til anklene) slik at det ikke er noe som strammer rundt lårene
- Hvis barnet "dingler" når det sitter på doen bør det ha en liten fotskammel/krakk under føttene. Det skal være 90 graders vinkel i lår/kne
- Barnet må slappe av, puste rolig og bare la tisset komme av seg selv.
- Skal ikke presse med hånd over blæren eller bruke magen til å presse med.

Dobbelt tissing.

- Barnet tisser slik som beskrevet over, så reiser seg og beveger seg litt
- Så setter barnet seg slik som beskrevet over og ser om det får til å tisse litt til.
- Det å få til å dobbelt tisse kan ta litt tid og trening
- Vi anbefaler at barnet dobbelt tisser et par ganger om dagen, f.eks når det står opp og før det legger seg.

Lykke til !