

DryNites®

Markus pissaa sänkyyn



Ulrik T. Skaftø

 **TURBINE**

Brigitte Frier Stewart

Markus pissaa sänkyyn

Markus pissaa sänkyyn

Teksti: Ulrik T. Skaftø

Kuvitus: Birgitte Frier Stewart

Käännös: Mikael Kontolampi

1. Laitos, 1. Painoerä

© 2017, TURBINE, Denmark

ISBN-numero: 978-87-406-1864-8

Painettu Latviassa

Kaikki oikeudet pidätetään

Ulrik T. Skafté | Brigitte Frier Stewart

Markus pissaa sänkyyn





z z z z z z z z z z



Piss...piss...
Piss...piss...

“Voi ei...”

**Tap ... tap ...
lits ... läts**







“Oletko se sinä, Markus?” Äiti kysyy unisena ja sytyttää valon.
“Mikä hätänä?”

“Äiti, pissasin taas sänkyyn”, Markus kuiskaa.
Hän ei halua herättää isoveljeä tai isää, koska hänen mielestään sänkyyn pissaaminen on vähän noloa.

“Voi ei se häittää, kultaseni. Haen sinulle kuivat vaatteet.
Huomenna käymme lääkärissä ennen kouluun menoa.”



Seuraavana aamuna äiti vie Markuksen lääkäriin.

”On hyvin tavallista, että lapsi kastelee sängyn”, lääkäri toteaa. ”Se loppuu ajan kuluessa. Mutta nyt annan sinulle lääkettä, joka vähentää yönaikaisen pissan määrää. Kestää jonkin aikaa ennen kuin lääke alkaa vaikuttaa. Tämän vuoksi suosittelen, että alkuun käytätte patjansuojaa tai erityisiä pyjamahousuja jotka imevät pissan sisäänsä ja pitävät sinut sekä sängyn kuivina. Suosittelen myös, että et juo mitään aivan ennen nukkumaanmenoaikaa” lääkäri sanoo. ”On tärkeää, että nuket hyvin, ja olet pirteä seuraavana päivänä koulussa.” Sitten he hyvästelevät lääkärin ja Markus menee kouluun.



On välitunti, kun he saapuvat kouluun. Markuksen ystävä Mikael pelaa jalkapalloa luokkakavereiden kanssa.

”Mitä olet puuhailut”, Mikael kysyy potkiessaan palloa maaliin.

”Öh... Kävin lääkärissä”, Markus mutisee.

”Voi... Oletko kipeä?”

”En, mutta... Otetaanko maalipotkukisa?”



Markus ei halua kertoa missä on ollut, eikä Mikael kysy enempää uppoutuessaan maalipotkukisaan. Sen sijaan pian Mikael kysyykin: ”Haluatko tulla meille yökylään perjantaina? Voisimme pelata videopelejä.” Markus haluaisi kovasti, mutta entä jos hän pissaakin sänkyyn? Tämän vuoksi hän vastaa:

**”En voi tulla perjantaina.
Minun täytyy mennä
mummolaan.”**



Samana iltana päivällisen jälkeen äiti muistuttaa Markusta lääkkeen ottamisesta. Lääke on pieni sulava pilleri, joka laitetaan kielen alle. Se ei maistu miltään ja haihtuu nopeasti. Markus ei edes tarvitse äitinsä apua ottaessaan sen.

”Ja nyt, katso mitä ostin. Hienot pyjamahousut. Jos pissaat yöllä, ne imevät pissan sisäänsä. Voit nukkua ilman pelkoa, että kastelisit sängyn. Sinun tulee käyttää niitä ainoastaan niin kauan, kuin pissaat sänkyyn. Vaikka sinulla on ne jalassa, sinun tulee muistaa pissahädän tullessa nousta ylös ja mennä vessaan.”



Markus kokeilee pyjamahousuja. Ne ovat oikeastaan melko hyvät. Ne tuntuvat ja näyttävät ihan normaaleilta housuilta. Niistä ei edes huomaa, että ne ovat erityiset pissahousut. Mutta hän ei silti ole vielä täysin tyytyväinen.

”Täytyykö minun käyttää näitä aina?” Hän kysyy.

”Ei, ainoastaan öisin”, äiti vastaa. ”Jotta et kastuisi ja palelisi.”

”Entä jos joudun nukkumaan jonkun toisen kanssa samassa sängyssä?”

”Voit silloinkin käyttää niitä. Kukaan ei näe, että sinulla on pyjamahousut yöpukusi alla.”



PRRRRR ... PRRRRR

... Markus näkee unta,
että hän on palomies.

Unessa paloasemalla
alkaa hälytys.



zzzzz

zz

"Markus, Markus... Sinun
täytyy herätä ja mennä
pissalle."

Markuksen isä nostaa hänet
varovasti ylös sängystä ja auttaa
hänet vessaan.

Hän pissaa ainoastaan pienen tipan
ja hyppää takaisin sänkyyn. On
mukavan puhdasta ja kuivaa.



Seuraavana aamuna isä kehuu häntä ja sanoo, "Se oli hienoa, Markus! Nyt voit riisua pyjamahousut ja mennä kylpyyn valmistautuaksesi koulupäivään."



Markus on iloinen ja pirteä, koska hän on nukkunut kunnolla. Istuessaan luokassa hän ei voi olla pohtimatta, onko luokalla muita lapsia jotka pissaavat sänkyyn.



Marin tuolin alla on pieni vesilätäkkö, mutta se on vain vettä hänen märästä sadetakistaan. Markus toivoo, että kukaan ei saisi selville, että hän pissaa sänkyyn. Hän on hieman häpeissään siitä, eikä aio kertoa siitä kenellekään. Etenkään Mikaelille. Hän on niin hyvä pelaamaan jalkapalloa ja kiipeilemään.



Iltapäivällä Mikaelin isä tulee noutamaan häntä.
“Hei pojat”, hän sanoo. “Arvatkaa mitä? Soitin juuri Markuksen
isälle. Sovimme, että Markus voi tulla meille yöksi perjantaina.
Jos vain haluat, Markus?”



Mikael riemuitsee tämän kuullessaan, mutta Markus arkailee. Hän sanoo pitävänsä ajatuksesta, mutta mieluummin hän kieltäytyisi kohteliaasti. Olisi tosi noloa, jos hän pissaisi siellä sänkyyn.



Perjantaiamuna Markuksen isä pakkaa laukkuun valmiiksi tavaroita joita Markus tarvitsee Mikaelin luona. Hammasharja, yöpuku, pyyhe, videopeli, nallekarhu ja ...



... pyjamahousut sekä muovikassin, johon Markus voi laittaa märät pyjamahousut, jos hän pissaa niihin.



Markus ottaa laukun mukaansa kouluun.

”Nähdään, toivottavasti sinulla on mukava päivä”, isä sanoo.

”Muista että kukaan ei näe, että pyjamahousuissasi olisi mitään erikoista. Kukaan ei huomaa niitä lainkaan yöpukusi alta.”



Ilta Mikaelin luona on hurjan kiva. He katsovat televisiota, pelaavat videopelejä ja leikkivät lattialla Mikaelin pikkuautoilla. Hänellä on hieno punainen paloauto, joka suihkuttaa oikeaa vettä. He täyttävät paloauton vedellä uudelleen ja uudelleen, ja suihkuttavat vettä kylpyhuoneessa.



”Hah, katso! Se on oikea pissapaloauto! Pissapalomiehet sammuttavat tulipalon pissallaan”, Mikael huudahtaa nauraen. Markusta ei naurata tällä kertaa. Hänen mieleensä palaavat pyjamahousut ja pian edessä oleva nukkumaanmeno.



Ja todellakin, Mikaelin isä tulee kylpyhuoneeseen ”Sitten olisi nukkumaanmeno-aika kaikille palomiehille. Sammuttaa ruiskut, nyt mennään sänkyyn. Markus, voitko tuoda laukkusi, niin pääset harjaamaan hampaasi? Sinun pitää myös muistaa pissata ennen nukkumaanmenoa. Mikael, pue yöpukusi ja mene pesemään hampaat.”





Markusta jännittää. Miten hän saa pyjamahousut jalkaansa ilman, että Mikael huomaa ne? Hän kiirehtii Mikaelin huoneeseen laukkunsa luokse. Ehkä hän ehtii pukea ne ennen kuin Mikael ja hänen isänsä palaavat. Markus sulkee oven vauhdilla, riisuu housunsa, etsii pyjamahousut ja alkaa pukea niitä ylleen.

Yhtäkkiä ovi aukeaa. Markuksella on pelkät pyjamahousut jalassa, hän ei ehtinyt pukea housuja. Voi ei, hän ajattelee. Nyt Mikael näkee pyjamahousuni. Mikael kurkistaa ovenraosta ja katsoo hämmästyen Markusta. Hän alkaa hymyillä ja Markus haluaisi ryömiä maan alle.



Nyt hänen sänkyyn pissaaminen ja typerät pyjamahousunsa ovat paljastuneet. Mikael ei varmasti halua olla kaveri jollekin, joka pissaa sänkyyn.

"Hienot pyjamahousut sinulla", Mikael nauraa ja avaa oven!

"Ne näyttävät yhtä hyviltä kuin minun!" Mikael laskee alas housunsa ja näyttää, että hänellä on samanlaiset pyjamahousut kuin Markuksella.

"Mitä... Pissaatko sinäkin sänkyyn?" Markus kysyy hämmästyneenä.

"Moni lapsi tekee niin. Mutta se menee ohi ajan kuluessa", hänen isänsä sanoo.

"Minäkin pissasin sänkyyn, kun olin poika."



Sinä yönä kaksi kaverusta nukkuvat hyvin ja ilman huolta. Nyt heillä on yhteinen salaisuus. Jos joku saakin tietää siitä, sillä ei ole niin suurta merkitystä. Nyt heitä on kaksi samalla luokalla, jotka pissaavat sänkyyn. Se ei tunnu enää niin pahalta. Ja hauskinda on, että kun he heräävät seuraavana aamuna, kumpikaan ei ole pissannut pisaraakaan pyjamahousuihinsa!





Vanhemmille, kasvattajille ja opettajille

Faktoja, ohjausta ja neuvontaa yökasteluun liittyen

Yökastelu on yleinen ongelma, mutta myös tabu

Ei ole olemassa tilastoja siitä, kuinka moni lapsi yökastelee Suomessa – mutta lähimaiden (Ruotsi ja Tanska) tilastot osoittavat, että 10-15% kaikista 4-15 vuotiaista lapsista yökastelevat enemmän tai vähemmän. Tyypillisellä ensimmäisellä luokalla se vastaa 3-4 oppilasta. 70% näistä lapsista kastelevat sängyn monesti viikon aikana.

Yökastelu on yhtä yleistä kuin lapsuusajan ekseema, mutta yökastelu on tabu eivätkä monet tiedä mistä löytää siihen liittyvää tietoa.

Fysiologiset ja ei-fysiologiset syyt

Se että yökastelu on tabu, johtuu osittain siitä, että moni uskoo sen takana olevan psykologiset tekijät. Että lapsi ei voi henkisesti hyvin. Tämän vuoksi yökastelevan lapsen vanhemmat ovat epävarmoja asian suhteen ja tuntevat syyllisyyttä. Se voi myös olla syy, miksi monet lapset eivät saa hoitoa. Yökastelua VOIDAAN hoitaa.

Suurimmassa osassa tapauksista lapsen yökastelu johtuu fysiologisista tekijöistä. Joko rakko on liian pieni tai keho tuottaa liikaa virtsaa yöllä. Jälkimmäinen johtuu hormonin (antidiureettinen hormoni), jota aivot tuottavat nukkuessa, puutteesta. Tämä hormoni vähentää virtsan tuotantoa.

Yökastelu on perinnöllistä. Tutkimukset ovat osoittaneet, että jos toinen lapsen vanhemmista on yökastellut, lapsella on 40% riski yökasteluun. Jos molemmat vanhemmat ovat yökastelleet, riski nousee 70 prosenttiin.

Mitä voit tehdä?

Yökastelua voidaan hoitaa, mutta fysiologisista ja ei-fysiologisista syistä johtuvaa yökastelua hoidetaan eri tavoin. Yleisiä hoitoja ovat:

- Yökasteluhälytintä. Hälytintä herättää lapsen, kun housut alkavat kastua. Hälytintä käytettäessä lapsi oppii rakon ja aivojen välistä "keskustelua". Tämä auttaa kontrolloimaan virtsasignaalia lapsen nukkuessa.
- Lääkehoito antidiureettista hormonia sisältävillä pillereillä.

Ennen hoitoa ja hoidon aikana on tärkeää, että lapsi ja vanhemmat astuvat ulos "huonosta yökierteestä", jossa kaikki ovat turhautuneita unen puutteesta ja määristä lakanoista. Hyvä yöuni on tärkeä osa lapsen kehitystä. Lapsella täytyy olla valmiudet tarvittavan hoidon aloittamiseen.

Ennen kuin yökastelu on loppunut, DryNites pyjamahousut ovat arvokas apu. Ne ovat hienovaraiset ja erittäin imukykyiset ja voivat olla hyvä täydennys hoitoon.

Myytti että pyjamahousut ja vaipat pidentävät yökasteluaikaa on vain myytti. Ei ole olemassa tutkimuksia, jotka osoittaisivat tämän.



Hyviä vinkkejä

- Keskustele lääkärisi kanssa ja selvitä mikä on yökastelun takana. Muista että yökastelua voidaan hoitaa.
- Keskustele lapsesi kanssa vahingoista ja selitä että ne eivät ole hänen vikaansa. On tärkeää, että olet avoin tämän suhteen, että lapsi ei tunne syyllisyyttä ja eristäydy.
- Yökastelu laskee usein lapsen itsetuntoa. Kiinnitä häneen huomiota, tue ja lohduta lasta.

Vaikea ajanjakso

Aika jolloin lapsi yökastelee voi vaikuttaa koko perheeseen. Täten koko perhe tarvitsee yksinkertaista ja tehokasta apua jokapäiväisen elämän helpottamiseksi, kunnes ongelma on ratkaistu.

Tällainen apu on DryNites pyjamahousut. DryNites on erittäin imukykyinen ja hienovarainen, ja se on suunniteltu 3-15 vuotiaiden lasten käyttöön. Pyjamahousuista on tytöille ja pojille erilaiset mallit, joissa otetaan huomioon heidän rakenteelliset eroavaisuutensa. Tämä tarkoittaa, että suojaus on juuri siellä missä sitä tarvitaan.

DryNites on ohut, lähes äänetön käytössä ja lähes näkymätön yöhousujen alla. Se antaa lapselle ja vanhemmille keinon puuttua yökasteluongelmaan yksinkertaisella ja hienovaraisella tavalla pitäen lapsen sängyn, vuodevaatteet sekä yöpuvun puhtaina ja kuivina.

Haluatko lisätietoa?

<http://www.terve.fi/lasten-yokastelu>

www.drynites.fi

Sivustolta www.drynites.fi löydät lisätietoa yökastelusta ja sen hoidosta, ja voit myös lukea lisää Kimberly-Clarkin kehittämistä DryNites pyjamahousuista.

Lähde: Tutkimus tehty vuonna 2017 YouGovin toimesta DryNitesille.

Markuksella on salaisuus, josta hän on hieman häpeissään. Hän pissaa yöllä sänkyyn. Hän ei voi sille mitään. Mitä tahansa hän tekeekin, kerta toisensa jälkeen hän herää sängystä, joka on märkä ja kylmä. Se ei ole mukavaa ja se on vähän noloa. Tämän vuoksi hän ei halua mennä kavereidensa luokse yöksi. Kuvittele jos hän pissaakin sänkyyn! Se olisi hirveän noloa. Mutta eräänä päivänä hänen äitinsä ostaa hänelle pyjamahousut, jotka pitävät hänet kuivana yöllä. Kukaan ei huomaa niitä yöasun alta. Housut laukussaan hän suuntaa ensimmäistä kertaa parhaan ystävänsä luo yökylään. Mutta sitten jotain odottamatonta tapahtuu!

Tämä kirja kertoo sänkyyn pissaamisesta eli yökastelusta. Kirjan viimeisiltä sivuilta löytyy myös hyvää taustatietoa aiheesta.

Informatiivinen kuvakirja ”Markus pissaa sänkyyn” maalaa kuvan päivittäisestä ongelmasta, joka koskee vähintään 10% 4-15 vuotiaista lapsista Suomessa.

