

ปัสสาวะรดที่นอน.

เนื่องจากวันที่30พฤษภาคมของทุกปี เป็นวันปัสสาวะรดที่นอนโลก วันนี้จึงอยากจะทำให้เกิดความรู้เล็กๆน้อยๆเกี่ยวกับภาวะปัสสาวะรดที่นอนในเด็กค่ะ

ภาวะปัสสาวะรดที่นอน หรือ **Enuresis** หมายถึง ภาวะที่กลั้นปัสสาวะไม่ได้ช่วงกลางคืน ทำให้มีปัสสาวะเล็ดราดรดกางเกงหรือที่นอนโดยไม่รู้สึกรู้ตัวตื่น ซึ่งอาจจะมีอาการปัสสาวะผิดปกติอย่างอื่นร่วมด้วยหรือไม่ก็ได้ เช่น อาจมีอาการปัสสาวะบ่อย กลั้นไม่ได้ตอนกลางวัน ปัสสาวะลำบากต้องเบ่ง เป็นต้น ภาวะนี้พบได้บ่อยมากในเด็ก ที่สหรัฐอเมริกาพบว่ามีเด็กที่ปัสสาวะรดที่นอนมากกว่า7ล้านคน พบในเด็กชายมากกว่าเด็กหญิง โดยในเด็กที่อายุ5ปี พบภาวะนี้สูงถึง15% แต่เมื่อเด็กโตขึ้นจะพบภาวะนี้น้อยลง โดยเด็กอายุ15ปี จะพบเพียง1-2% ปัจจัยเสี่ยงที่มีผลต่อการเกิดภาวะนี้ที่สำคัญอย่างหนึ่ง คือ พันธุกรรม ถ้าพ่อหรือแม่เพียง1คนเคยปัสสาวะรดที่นอนตอนเด็ก พบว่าลูกมีโอกาสปัสสาวะรดที่นอน43% แต่ถ้าทั้งพ่อและแม่เคยมีปัสสาวะรดที่นอนตอนเด็กมาก่อนทั้งคู่ ลูกจะมีโอกาสพบภาวะนี้สูงถึง77%

ภาวะปัสสาวะรดที่นอนในเด็กแบ่งเป็น2ชนิด ได้แก่

1.ภาวะปัสสาวะรดที่นอนแบบปฐมภูมิ (Primary Enuresis) คือมีปัสสาวะรดที่นอนตั้งแต่เด็ก และไม่เคยมีช่วงที่ไม่มีอาการเลย

2.ภาวะปัสสาวะรดที่นอนแบบทุติยภูมิ (Secondary Enuresis) คือ ผู้ป่วยกลับมา มีภาวะปัสสาวะรดที่นอนใหม่ หลังจากที่เคยหายไปแล้วติดต่อกันนานเกิน6เดือน

สาเหตุ

สาเหตุของการเกิดภาวะนี้เป็นจาก3อย่าง ได้แก่

1) กระเพาะปัสสาวะที่ทำงานผิดปกติมากเกินไป เกิดจากสาเหตุที่กระเพาะปัสสาวะในเด็กยังเจริญเติบโตไม่สมบูรณ์ รวมถึงการควบคุมการขับถ่ายที่ยังไม่ดี

2) การผลิตน้ำปัสสาวะของไตที่เพิ่มมากขึ้นกว่าปกติในช่วงเวลากลางคืน มักจะเกิดจากการหลั่งฮอร์โมนจากต่อมใต้สมองที่ควบคุมปริมาณการสร้างน้ำปัสสาวะผิดปกติไป

3)ความผิดปกติของการนอนหลับ ซึ่งเด็กกลุ่มนี้มักจะหลับลึกมากกว่าปกติ ทำให้ไม่รู้สึกรบกวนปัสสาวะเมื่อน้ำปัสสาวะเต็ม กระเพาะปัสสาวะหรือไม่รู้สึกตัวตื่นเมื่อปัสสาวะรดจนทางงอแงเปียก

## การรักษา

ภาวะนี้สามารถหายได้เองโดยที่อาจจะไม่ต้องให้การรักษอะไรเพิ่มเติม เพียงแต่รอให้ระบบประสาทและระบบ  
ปัสสาวะทำงานอย่างสมบูรณ์ การรักษาในเด็กจึงแนะนำว่าควรเริ่มรักษาหลังเด็กอายุ6ปี โดยเริ่มต้นจากการปรับเปลี่ยน  
พฤติกรรมก่อนการใช้ยา

1.การให้ความรู้และปรับเปลี่ยนพฤติกรรม อันดับแรกผู้ปกครองจะต้องเข้าใจก่อนว่าภาวะนี้พบได้บ่อยในเด็ก และเมื่อโตขึ้นมักจะหายขาดได้ ผู้ปกครองควรจะต้องแสดงความเข้าใจเห็นอกเห็นใจต่อเด็กและไม่ลงโทษหรือตำหนิเมื่อเด็กปัสสาวะ

รดที่นอน แนะนำให้ผู้ปกครองช่วยตั้งเวลาปลุกให้ลุกขึ้นมาเพื่อปัสสาวะตอนกลางคืน ในต่างประเทศจะใช้อุปกรณ์ที่ช่วยเตือนปลุกให้ตื่นเมื่อมีปัสสาวะรดกางเกง , การรักษาภาวะท้องผูก ซึ่งหากมีท้องผูกร่วมด้วยจะทำให้อาการปัสสาวะรดที่นอนเพิ่มมากขึ้นด้วย

2.การรักษาโดยใช้ยา ส่วนใหญ่จะเลือกใช้ยากี่ต่อเมื่อทำการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเต็มที่แล้วแต่อาการยังไม่ดีขึ้น ยาที่ใช้เป็นหลักคือยา**Desmopressin** ซึ่งจะช่วยปรับลดการผลิตปัสสาวะในช่วงกลางคืน จะได้ผลดีในรายที่สาเหตุของการปัสสาวะรดที่นอนเป็นจากร่างกายผลิตน้ำปัสสาวะมากตอนกลางคืน ยาอื่นที่ใช้ในการรักษารองลงมา ได้แก่ ยารักษาโรคซึมเศร้า(**Tricyclic antidepressant**) หรือยาลดการบีบตัวของกระเพาะปัสสาวะ เป็นต้น