

ΕΓΚΟΠΡΙΣΗ

Ένα παιδί θεωρούμε ότι έχει εκπαιδευτεί στην χρήση της τουαλέτας όταν μπορεί να χρησιμοποιεί το δοχείο ή την τουαλέτα σχετικά αυτόνομα και με λίγη βοήθεια από τους γονείς του στην καθαριότητα και το ντύσιμο. Οι μύες του βρέφους πρέπει να ωριμάσουν και να δυναμώσουν αρκετά και να συντονιστούν για να συγκρατούν τα απόβλητα που παράγει το σώμα του. Ο έλεγχος αυτών που σχετίζονται με την απέκκριση κατακτάται τελευταίος από τον άνθρωπο από όλους τους μυς του κορμού. Τα περισσότερα παιδιά αποκτούν τον έλεγχο του εντέρου κατά τη διάρκεια της μέρας και της νύχτας περίπου στην ηλικία 3,5 – 4 ετών. Για να κρίνει κανείς σωστά αν υπάρχει εγκόπριση θα πρέπει το παιδί να είναι τουλάχιστον 4 ετών και άνω.

Εγκόπριση ονομάζουμε την επαναλαμβανόμενη απώλεια κοπράνων σε μέρη ακατάλληλα χωρίς την ύπαρξη οργανικού παράγοντα σε μια ηλικία που νοητικά και χρονολογικά θα έπρεπε να έχει επιτευχθεί ο εκούσιος έλεγχος του εντέρου. Το σύμπτωμα θα πρέπει να επαναλαμβάνεται τους τρεις τελευταίους μήνες με συχνότητα τουλάχιστον μια φορά το μήνα. Πιο απλά θα λέγαμε ότι εγκόπριση παρουσιάζει οποιοδήποτε παιδί 4-16 ετών λερώνει τακτικά τα εσώρουχα του ή και το κρεβάτι του με κόπρανα.

Η εγκόπριση χωρίζεται σε πρωτοπαθή και δευτεροπαθή.

Πρωτοπαθής εγκόπριση είναι όταν το παιδί δεν έχει κατακτήσει ποτέ τον έλεγχο, είναι συνεχής από την βρεφική ηλικία, ενώ μπορεί να συμβαίνει κατά τη διάρκεια της ημέρας και κατά τη διάρκεια της νύχτας.

Δευτεροπαθής είναι όταν το παιδί ενώ είχε κατακτήσει τον έλεγχο για ένα περίπου έτος άρχισε ξανά να λερώνεται. Συνήθως συμβαίνει κατά τη διάρκεια της ημέρας και πιο συχνά στο σπίτι. Υπάρχουν τρεις τύποι εγκόπρισης. Στον πρώτο τύπο υπάρχει ικανοποιητικός έλεγχος του εντέρου αλλά το παιδί αποδεύει σε ακατάλληλα μέρη. Στον δεύτερο τύπο το παιδί αδυνατεί να ελέγξει το έντερο του και δεν συνειδητοποιεί ότι λερώνεται ή αν το συνειδητοποιεί δεν μπορεί να κάνει κάτι γι' αυτό. Στον τρίτο τύπο λερώνεται εξαιτίας της μεγάλης ποσότητας των υγρών κοπράνων.

Τι ονομάζουμε Επίσχεση και Υπερχείλιση:

Το παιδί λερώνεται επειδή έχει χάσει το φυσιολογικό πρωκτικό ανακλαστικό εξαιτίας της οξείας δυσκοιλιότητας και της επακόλουθης διαστολής του εντέρου. Κάποιες φορές περίπου έπειτα από μια έως τρεις εβδομάδες όταν ο πρωκτός είναι αρκετά πλήρης ώστε τα μηνύματα να αποσταλούν στον εγκέφαλο ένα μέρος των κοπράνων ελευθερώνεται όταν οι μύες του παιδιού χαλαρώνουν. Το παιδί τις περισσότερες φορές αντιλαμβάνεται τι συμβαίνει όταν είναι αργά και κρύβει το εσώρουχο του γιατί φοβάται την τιμωρία ή την κοροϊδία.

Παράγοντες που επηρεάζουν την εγκόπριση

Σωματικοί παράγοντες όπως δυσκοιλιότητα, φράξη του εντέρου, αναπτυξιακή καθυστέρηση, γαστροεντερικές παθήσεις, εγκεφαλικά τραύματα και εκ γενετής ανωμαλίες.

Ψυχολογικοί παράγοντες όπως φόβος για την τουαλέτα, αδιάφορη ή πιεστική στάση των γονέων προς την εκπαίδευση της τουαλέτας, άγχος, υπερπροστατευτικότητα,

υπερβολική αυστηρότητα, νευρικότητα, αλλαγή σχολείου, γέννηση μικρότερου αδελφού και προβλήματα στη σχέση των γονιών.

Νοητικοί παράγοντες όπως νοητικές δυσκολίες και χαμηλή νοημοσύνη.

Περιβαλλοντικοί παράγοντες όπως τραυματικές εμπειρίες, εμπειρίες αποχωρισμού, εντάσεις στο περιβάλλον και διατροφή φτωχή σε ίνες.

Η εγκόπριση είναι συχνό φαινόμενο και μπορεί να συμβεί σε παιδιά από οικογένειες όλων των κοινωνικών τάξεων είναι όμως πιο συχνή σε οικογένειες από χαμηλά κοινωνικά και οικονομικά στρώματα. Ένα μεγάλο ποσοστό παιδιών που έχουν εγκόπριση έχουν και ενούρηση. (Με την ενούρηση ασχοληθήκαμε στο προηγούμενο άρθρο, Κυριακή 02/3/08).

Το ποσοστό των παιδιών που έχει εγκόπριση σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες φτάνει το 0,4-1,5% του μαθητικού πληθυσμού. Είναι πιο συχνό φαινόμενο στα αγόρια σε σχέση με τα κορίτσια. Η αναλογία είναι 4 (αγόρια) προς 1 (κορίτσι). Οι παραπάνω αριθμοί ενδέχεται να μην είναι ακριβείς λόγω του ότι πολλοί γονείς κρύβουν το πρόβλημα γιατί το θεωρούν ντροπή.

Το παιδί που έχει εγκόπριση νιώθει ντροπή, φόβο και χαμηλή αυτοεκτίμηση. Αντιμετωπίζει την κοροϊδία και τον χλευασμό κυρίως στο σχολείο από τους συμμαθητές του αλλά και μερικές φορές από τους γονείς του, τα αδέρφια του και τους φίλους του. Οι γονείς νιώθουν συναισθήματα αμηχανίας, αποστροφής, αποτυχίας, απογοήτευσης, απελπισίας και θυμού.

Συμβουλές για τους γονείς

Κάθε παιδί είναι μοναδικό όπως και κάθε οικογένεια είναι μοναδική. Αυτό σημαίνει ότι κάθε παιδί διαφέρει στην συχνότητα των κενώσεων του, αλλά και η δυσκολιότητα κάθε παιδιού έχει τα δικά της χαρακτηριστικά. Υπάρχουν παιδιά που έχουν οργανικό πρόβλημα ενώ άλλα μπορεί να έχουν ψυχολογικό πρόβλημα. Άλλα πάλι να μην έχουν μάθει τον σωστό τρόπο και άλλα να μην τον γνωρίζουν καν. Άλλα να έχουν φόβο προς την τουαλέτα και άλλα να το κάνουν από έντονο άγχος, αντίδραση ή θυμό.

Πρέπει να γίνει κατανοητό πως το παιδί δεν φταίει γι αυτό που του συμβαίνει.

Είναι σημαντικό να υπάρξει κατανόηση και σωστή στάση των γονιών απέναντι στο πρόβλημα.

Η καθημερινή συνήθεια όπως κανονικό ωράριο ύπνου, φαγητού και κενώσεων είναι απαραίτητη για να πετύχει η κένωση την κατάλληλη χρονική στιγμή. Οι τροφές που περιέχουν υψηλή περιεκτικότητα σε ίνες βοηθάνε τα κόπρανα να παραμένουν μαλακά.

Θα πρέπει το παιδί αν νιώθει άγχος ή φόβο προς την τουαλέτα να χαλαρώνει με μουσική ή να παίρνει κάποια κόμικς - παραμύθια μαζί του στην τουαλέτα.

Να ανταμείβετε κάθε προσπάθεια με επαίνους, αμοιβές και ενθάρρυνση ώστε να έχει διάθεση να συνεχίσει τις προσπάθειες του μέχρι να αντιμετωπιστεί το πρόβλημα. Δεν θα πρέπει να υπάρχει πίεση ούτε τιμωρία και είναι αναγκαίο να μην μετατραπεί η τουαλέτα σε πεδίο μάχης.

Να υπενθυμίζετε στο παιδί να πηγαίνει στην τουαλέτα με λεκτικές υπενθυμίσεις ή σημειώματα αν λείπετε από το σπίτι.

Η δυσκοιλιότητα πρέπει να ελεγχθεί για να επιτύχετε τον σκοπό σας. Υπάρχουν ειδικά φάρμακα που περιέχουν φυτικές ίνες για να διαλύουν τα συγκεντρωμένα κόπρανα ενώ μπορεί να χρησιμοποιηθεί και κλύσμα.

Για να λυθεί το πρόβλημα χρειάζεται η συνεργασία όλης της οικογένειας και σε αρκετές περιπτώσεις η βοήθεια ειδικού. Ο ειδικός θα κρίνει σύμφωνα με την περίπτωση ποιες συμβουλές και τεχνικές πρέπει να χρησιμοποιήσει στους γονείς και στο παιδί.

Η συνεργασία ανάμεσα στον ειδικό και στους γονείς είναι ο καλύτερος, γρηγορότερος και ασφαλέστερος δρόμος για να λύσετε το πρόβλημα σας.

ΠΗΓΕΣ

- Martin Herbert. (2004), Αντιμετώπιση προβλημάτων παιδιού και εφήβου. Ελληνικά γράμματα.
- Mikkelsen E. (1998) Modern Approaches to enuresis and encopresis. In: M. Lewis (Ed.) Comprehensive Textbook of Child and Adolescent Psychiatry. Second Edition. Williams and Wilkins. Baltimore, Maryland, 593 – 601.