



Meld je aan met de QR-code



Practopics

Praktische topics voor de huisarts

Of klik op de link in de Q&A rechtsboven.





Practopics

Praktische topics voor de huisarts

(Bed)plasproblemen in de praktijk

Els Verlinden
kinderarts

Marjan Claes
kinesiste

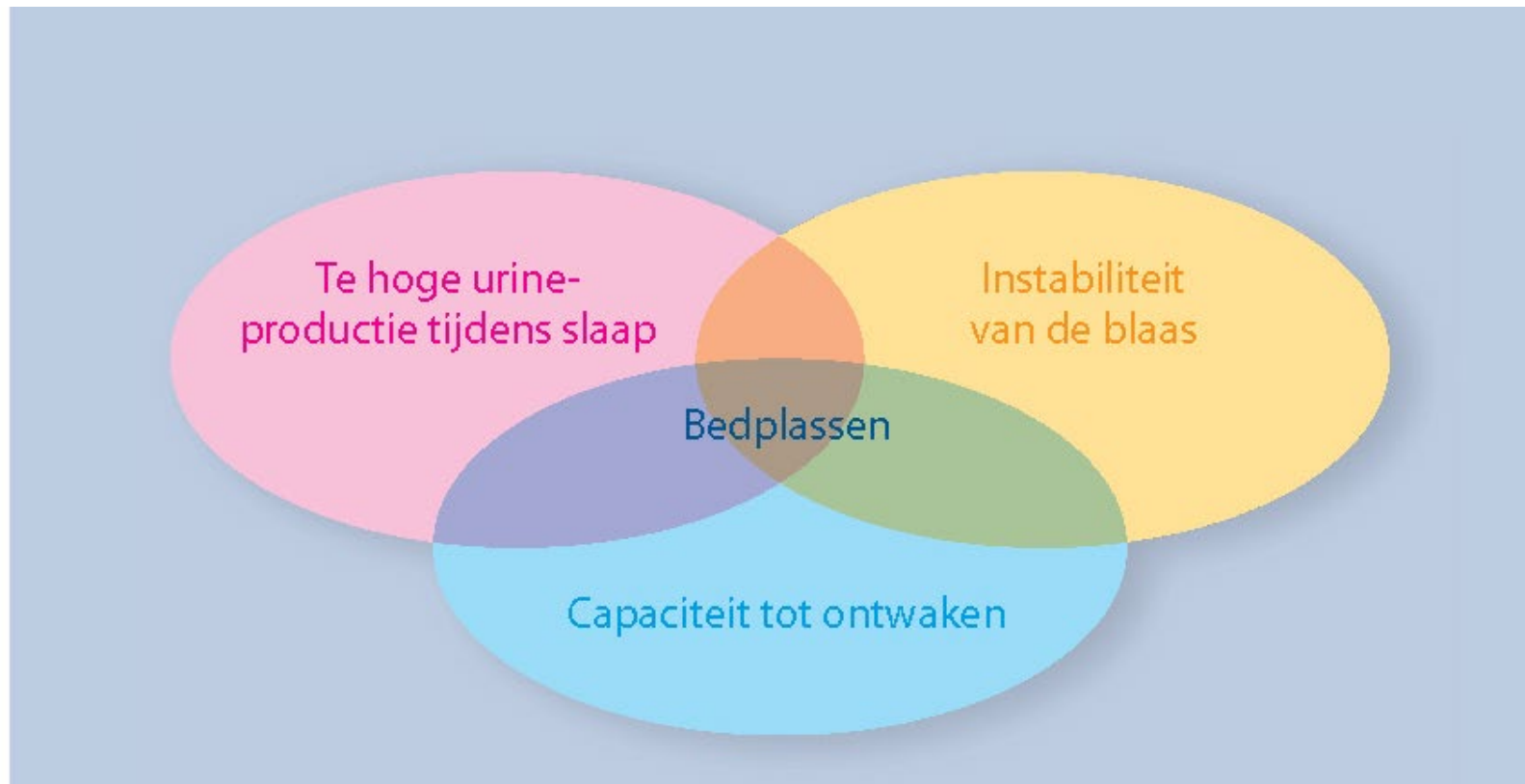
'Mijn kind plast 's nachts nog in bed'

- Hoe gaat het overdag?
- Lopen de pampers over?
- Stoelgangproblemen?
- Psychologische problemen?
- Is hij ooit volledig droog geweest?

Wanneer spreken we van bedplassen?

- Nachtelijke zindelijkheid meestal tussen 3-5 jaar
- Dus vanaf (5) 6 jaar
- Tussen 6-7 jaar : 10% niet droog 's nachts
- Primaire EN/ secundaire EN

Vaak combinatie van factoren



3 belangrijke factoren

1. Instabiliteit van de blaas (kleine, OAB) 50% NMEN

-> hebben ook overdag nog problemen (ID, urge, frequency...)

2. Overproduktie van urine 's nachts

-> pamber loopt elke nacht over, altijd alle lakens nat

3. Verhoogde drempel tot ontwaken

-> niet wakker worden door prikkel van volle blaas

Erfelijkheid

-77% kans zo beide ouders langdurige bedplassers

-44% zo één van beide ouders

Psychologische factoren

Bedplassen kan leiden tot :

- Laag zelfbeeld
- Beperkter sociaal leven

Psychologische factoren (stress, trauma, angst ..)

- Oorzaak van 75% secundaire EN

Kinderpsychiatrische aandoeningen 10%

- ADD/ASS

EN door kleine OAB

Moeilijkste groep (komen voor de nacht, maar eerst de dag aanpakken)

Geen controle meer over de blaas, trekt te pas en te onpas samen
(uitstelgedrag/ geen tijd nemen/weinig drinken...)

Bestraften helpt niet

Ongelukjes overdag en dus ook 's nachts

Uitleg geven op maat van het kind!

Urotherapie

= Basis - ook bij bedplassen

-> Zeker bij OAB:

- Kleine, sterke blaasspier
- Hoge plasfreq
- Dringend
- Kleine volumes

->Overactieve blaas:

- Ophoudgedrag
- Stoelgang
- Blaasontstekingen



Ophoudgedrag

What to do?

Timed drinking & voiding (TDV):

- Om de 2u plassen
- = elke speeltijd
- Ook indien geen aandrang
- Om de 2u drinken: 150-200ml
- Stop drinken na avondmaal
- Evtl timerhorloge



| DATUM | DAG 1 | DAG 2 | DAG 3 | DAG 4 | DAG 5 | DAG 6 | DAG 7 |
|-----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| NACHT | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ |
| | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 | 🥤 🚽 |
| s Morgens | | | | | | | |
| Speeltijd | | | | | | | |
| s Middags | | | | | | | |
| Speeltijd | | | | | | | |
| Na school | | | | | | | |
| s Avonds | | | | | | | |
| Bedtijd | | | | | | | |
| | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ | ☀️ ☁️ ☔️ |
| Info | | | | | | | |



Toilethouding

Zittend

- Voeten gesteund: bankje
- Broekje naar beneden
- Niet duwen, zachtjes blazen
- Tot 10 tellen na plassen

Urine-incontinentie



a



b

Constipatie

What to do?

- Na maaltijd op toilet zitten, ook indien geen aandrang
- 5 min
- Ontspannen – filmpje kijken
- Bankje
- vezels: kiwi, lijnzaad, ...



Neuromodulatie: TENS

Sacrale neuromodulatie

Modulatie bezenuwing blaas

Transcutane elektrische neurostimulatie

Indien medicatie voor OAB klachten niet gewenst,
niet mogelijk of niet afgebouwd kan worden

- 30 min/dag
- 6 maanden
- Gemakkelijk, geen pijn of ongemak
- Geen bijwerkingen



Algemene aandachtspunten bedplassen

Altijd eerst de dag aanpakken!

Briefje voor de leerkracht

Infoblaadje

- TDV
- Voldoende drinken : 8u-10u-12u-14.30u-16u-18u (drinkbus markeren)
- Plasgewoonten (voetbankje/ tot 10tellen/ niet persen)
- Niet meer drinken na avondeten, zeker geen eiwitbevattende produkten
- Plassen-lezen-plassen



Kleine OAB

Vaak te weerhouden uit de anamnese : kleine frequente plasjes, urge, ophoudmaneuvers, ...

Ideaal : plaskalender

Maar voor veel ouders moeilijk... vaak onvolledig ingevuld...

Voorbeeld

De dagkalender zal de blaascapaciteit van jouw kind bepalen
Voorbeeld :

Dag 1 - overdag / datum : 10 maart 2018

| Tijdstip | Hoeveel gedronken (ml) | Soort drank | Volume urine (ml) | Drang (ja/nee) | Ongelukje (ja/nee) | Stoelgang (*) |
|----------|------------------------|-------------|-------------------|----------------|--------------------|---------------|
| 8:10 | 100 | melk | | | | |
| 8:40 | | | 140 | neen | neen | |
| 9:10 | | | | | | normaal |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

De nachtkalender zal de urine geproduceerd tijdens de nacht bepalen
Voorbeeld :

Week 1 - 's nachts / datum : 18-18 maart 2018

| | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag | zaterdag | zondag |
|---|---------|---------|----------|-----------|---------|----------|--------|
| Tijdstip slapen | 19:00 | | | | | | |
| Tijdstip opstaan | 7:00 | | | | | | |
| Droge nacht (ja/nee) | neen | | | | | | |
| Natte nacht (ja/nee) | ja | | | | | | |
| 's Nachts opstaan om te plassen, noteren volume (ml) | / | | | | | | |
| 's Morgens gewicht natte luier* (ml) | 100 | | | | | | |
| Volume van de ochtendplass (ml) | 140 | | | | | | |
| Nachtnijlke urineproductie = gewicht natte luier + volume ochtendplass + volume plas 's nachts (ml) | 240 | | | | | | |
| Stoelgang overdag of 's nachts (ja/nee) | neen | | | | | | |
| Wegge of hoop (stoelgang) in de broek | neen | | | | | | |

Voorbeeld

De dagkalender zal de blaascapaciteit van jouw kind bepalen
Voorbeeld :

Dag 1 - overdag/datum : 10 maart 2012

| Tijdstip | Hoeveel gedronken (ml) | Soort drank | Volume urine (ml) | Drang (ja/nee) | Ongelukje (ja/nee) | Stoelgang (*) |
|----------|------------------------|-------------|-------------------|----------------|--------------------|---------------|
| 8:10 | 100 | melk | | | | |
| 8:40 | | | 140 | neen | neen | |
| 9:10 | | | | | | normaal |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

14

(*) Lopend, hard, normaal

De nachtkalender zal de urine geproduceerd tijdens de nacht bepalen
Voorbeeld :

Week1 - 's nachts/datum : 12-18 maart 2012

| | maandag | dinsdag | woensdag | donderdag | vrijdag | zaterdag | zondag |
|--|---------|---------|----------|-----------|---------|----------|--------|
| Tijdstip slapen | 19:00 | | | | | | |
| Tijdstip opstaan | 7:00 | | | | | | |
| Droge nacht (ja/nee) | neen | | | | | | |
| Natte nacht (ja/nee) | ja | | | | | | |
| 's Nachts opstaan om te plassen, noteer volume (ml) | / | | | | | | |
| 's Morgens, gewicht natte luier* (ml) | 100 | | | | | | |
| Volume van de ochtendplas (ml) | 140 | | | | | | |
| Nachtelijke urineproductie = gewicht natte luier + volume ochtendplas + volume plas 's nachts (ml) | 240 | | | | | | |
| Stoelgang overdag of 's nachts (ja/nee) | neen | | | | | | |
| Veegje of hoop (stoelgang) in de broek (ja/nee) | neen | | | | | | |

* Gewicht natte luier - gewicht droge luier
1g = 1ml

15

Weinig onderzoeken

Urine :

- **microscopie** : uitsluiten UWI
- **proteïnurie** : uitsluiten nefrologisch probleem
- **glucosurie** : uitsluiten DM

Blaasvolumemeting (ophoudproef)

10-20 ml/kg over 30-60 ' laten drinken
zo lang mogelijk ophouden
volume van plas meten in maatbeker

Plas-en drink kalender



Enkele nuttige formules

EBC : $(\text{lft in jaren} + 1) \times 30$

MVV : maximal voided volume

MVV < 65 % van EBC = te klein

MVV > 150 % of EBC = te groot

Residu urine > 20 ml: abnormaal (herhaalde metingen)

Aandachtspunten

Algemeen **klinisch** én **neurologisch** onderzoek met aandacht voor :

- Labiale fusie
- Faecalomen/ PPA
- Plaatsing urethra, meatus
- Lumbosacrale regio
- Bloeddruk

Onderzoeken in 2^{de} tijd (zo nodig)

- Echo nieren**: hydronefrose/lithiase
- Echo blaas**: Trabekelblaas/dikke blaaswand (> 4mm)/residu
- Uroflowmetry**: DV/persmictie/obstructie/gefractioneerd
- RX-cystografies** : VUR
- Cystoscopie**: PUV
- Urodynamisch onderzoek**: OAB, neurogene blaas, LUTO

OAB : behandeling

Afhankelijk van oorzaak (AB, laxativa,...)

Plas-en drinkhygiëne :TDV + plashouding

Trilhorloge

Urotherapie/Kinesitherapie : Marjan Claes

OAB : medicatie

Eerst 4-6 weken conservatief :TDV, plashouding...

Anticholinergica

-> *oxybutinine* (comp 5 mg-siroop 1 mg/ml) 0,3-0,6mg/kg/d in 3 x

startdosis : 2,5 mg 2-3x/dag (8-12-16u)

werkt 4-6 u

-> *solifenacine* (*vesicare* 5 mg-10 mg 1 x/d)

-> *tolterodine* (*detrusitol* 1-2 mg 2 x/d)

-> Mirabegron (*betmiga*)

Operatief (LUTO: kleppen/meetaal web)

Overproduktie van urine tijdens slaap

Nachtkalender

Nachtelijke polyurie (NP) als nachtelijke urineproduktie = > 130 % EBC

25 % bedplassers

- Onvoldoende ADH
- Eiwitrijke maaltijden 's avonds

Desmopressine

Terugbetaald voor 6m bij

- EN type I :
 - > 7 jaar en nachtelijke diurese > blaascapaciteit
- EN type IV :
 - 7-17 jaar
 - bedplassen min 2-3x/w
 - falen van niet-medicamenteuze aanpak ged 3m
 - positieve respons op testbehandeling
 - herevaluatie om de 3 maanden

Bijlage A : Model van formulier voor eerste aanvraag

Formulier voor eerste aanvraag tot vergoeding van de specialiteit op basis van desmopressine bij enuresis nocturna (§ 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018)

I - Identificatie van de rechthebbende (naam, voornaam, inschrijvingsnummer bij de V.I.) :

_____ (naam)

_____ (voornaam)

_____ (aansluitingsnummer)

II - Gegevens te verklaren door de behandelende arts:

Ik ondertekende, arts, verklaar dat de hierboven vermelde rechthebbende lijdt aan enuresis nocturna

U van het type I (abnormaal 24-uurs urineconcentratieprofiel) en minstens 7 jaar oud is;

U van het type IV (diopathische enuresis van het cognitieve type) en dat de rechthebbende behoort tot de leeftijdscategorie 7 t.e.m. 17 jaar (kind of adolescent).

Ik bevestig dat deze rechthebbende voldoet aan alle voorwaarden die vermeld zijn in punt b) van § 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018:

1. Diagnose:

- nachtelijk bedplassen minimum 2 tot 3 x per week

2. Falen van niet-medicamenteuze aanpak:

- aanhouden van het nachtelijk bedplassen ondanks voorafgaande toepassing van alternatieve methoden gedurende minimum 3 maanden (mictie op vaste uren, kalendermethode, plaswekker).

3. Positieve respons op voorafgaande testbehandeling:

- positieve respons op behandeling met desmopressine tabletten (50% reductie in aantal natte nachten) aan de hand van minstens 1 testverpakking van 15 stuks; ik verklaar dat de rechthebbende zijn proef heeft uitgevoerd met een niet-terugbetaalbare verpakking van een specialiteit op basis van desmopressine.

4. Herevaluatie van de rechthebbende om de 3 maanden:

- om de 3 maanden zal worden nagegaan of verdere behandeling noodzakelijk is; hiervoor kan men, afhankelijk van de dosering, de therapie geleidelijk afbouwen en nagaan of bedplassen heroptreedt.

Ik bevestig dat ik betreffende deze rechthebbende de nodige documenten op het gebied van diagnosestelling, voorafgaande testbehandeling, respons en herevaluatie ter beschikking houd van de adviserende arts, alsook een volledig ingevuld en ondertekend formulier met de klinische beschrijving en evaluatie van de rechthebbende (bijlage B van § 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018).

III - Gevraagde specialiteit:

Op basis van deze elementen bevestig ik dat deze rechthebbende **voor een periode van 6 maanden** de vergoeding dient te verkrijgen van de volgende specialiteit:

.....(naam van de specialiteit ingeschreven in § 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018)

IV - Identificatie van de behandelende arts (naam, voornaam, adres, RIZIV-nummer):

_____ (naam)

_____ (voornaam)

1 - _____ - _____ - _____ (RIZIV n°)

____/____/____ (datum)

_____ (stempel)

.....

(handtekening van de arts)

Versie geldig vanaf 01.09.2022

Bijlage B : Model van formulier voor klinische beschrijving en evaluatie

Formulier met de klinische beschrijving en evaluatie van de rechthebbende (§ 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018 voor de specialiteit op basis van desmopressine)
(Dit formulier moet bewaard worden door de behandelende arts en moet ter beschikking worden gehouden van de adviserende arts van de betrokken rechthebbende)

I - Identificatie van de rechthebbende (naam, voornaam, inschrijvingsnummer bij de V.I.) :

_____ (naam)

_____ (voornaam)

_____ (aansluitingsnummer)

II - Elementen met betrekking tot de klinische evaluatie van de rechthebbende:

De hierboven vermelde rechthebbende lijdt aan enuresis nocturna gedurende minimum 2 tot 3 x per week en voldoet aan onderstaande voorwaarden:

- Enuresis nocturna van het Type I**
(nachtelijke polyurie zijnde een stoomis in het 24-uurs-urine-concentratie-profiel)

Klinische vaststelling:

- de betrokken rechthebbende is minstens 7 jaar oud
- de nachtelijke diurese is groter dan de blaascapaciteit voor de leeftijd:
 - de gemeten blaascapaciteit is:ml
 - de nachtelijke diurese is:ml
 - leeftijd rechthebbende:jaar
 - de theoretische blaascapaciteit voor de leeftijd is:ml
(formule = (leeftijd + 2) x 30 ml ; maximum wordt bereikt op 14 jaar)

Om de nachtelijke diurese te bepalen wordt de urine verzameld in 4 gelijkmatige nachtporties. Hiervoor wordt aan de ouders voorgesteld om het kind in de loop van één nacht 4 keer te wekken en te laten plassen. Bijvoorbeeld: als het kind om acht uur 's avonds gaat slapen, wordt het gewekt om 23.00 u, 02.00 u, 05.00 u. en 08.00 u. De urine wordt telkens verzameld in een maatbeker en het volume ervan wordt gemeten.

Om de blaascapaciteit te bepalen laat men de rechthebbende één dag zoveel mogelijk drinken en zo lang mogelijk wachten van plassen, waarbij het urinevolume telkens gemeten wordt met een maatbeker.

- Enuresis nocturna van het Type IV**
(diopathische enuresis, het zgn. cognitieve type)

Klinische vaststelling:

- de betrokken rechthebbende behoort tot de leeftijdscategorie 7 t.e.m. 17 jaar (kind of adolescent);
- alle screeningsonderzoeken zijn normaal maar er is een vertraging van de cognitieve uitrijping en controle over de blaas;
- cognitieve training gedurende 3 maanden (mictie op vaste uren, kalendermethode, plaswekker) leverde weinig of geen resultaat.

III - Identificatie van de behandelende arts (naam, voornaam, adres, RIZIV-nummer):

Ik, ondergetekende, bevestig de verschillende hierboven vermelde elementen.

_____ (naam)

_____ (voornaam)

[1] - _____ - [] - [] (RIZIV n°)

____ / ____ / _____ (datum)



(stempel)

.....

(handtekening van de arts)

Versie geldig vanaf 01.09.2022

Bijlage C : Model van formulier voor verlenging in geval van enuresis nocturna Type I

Aanvraagformulier tot VERLENGING van de vergoeding van de specialiteit op basis van desmopressine bij enuresis nocturna Type I (§ 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018)

I - Identificatie van de rechthebbende (naam, voornaam, inschrijvingsnummer bij de V.I.) :

_____ (naam)

_____ (voornaam)

_____ (aansluitingsnummer)

II - Aanvraag tot VERLENGING na 6 maanden vergoeding:

Ik ondertekende arts, verklaar dat de hierboven vermelde rechthebbende lijdt aan enuresis nocturna van het type I (abnormaal 24-uurs urineconcentratieprofiel) en minstens 7 jaar oud is.

Ik bevestig dat voor deze rechthebbende verdere behandeling met de genoemde specialiteit noodzakelijk is omdat tijdens de herevaluatie om de 3 maanden, bij het geleidelijk afbouwen van de therapie, het bedplassen heroptreedt.

Ik bevestig dat ik betreffende deze rechthebbende de nodige documenten op het gebied van diagnosestelling, voorbehandeling, respons en herevaluatie ter beschikking houd van de adviserende arts, alsook een volledig ingevuld en ondertekend formulier met de klinische beschrijving en evaluatie van de rechthebbende (bijlage B van § 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018).

III - Gevraagde specialiteit:

Op basis van deze elementen bevestig ik dat deze rechthebbende noodzakelijkerwijs een verlenging van de vergoeding dient te verkrijgen voor een periode van 12 maanden van de volgende specialiteit:

.....(naam van de specialiteit ingeschreven in § 3890000 van hoofdstuk IV van de lijst gevoegd bij het K.B. van 1 februari 2018)

Ik verbind mij ertoe bij de betrokken rechthebbende niet langer de toegestane specialiteit voor te schrijven dan nodig.

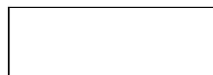
IV - Identificatie van de behandelende arts (naam, voornaam, adres, RIZIV-nummer):

_____ (naam)

_____ (voornaam)

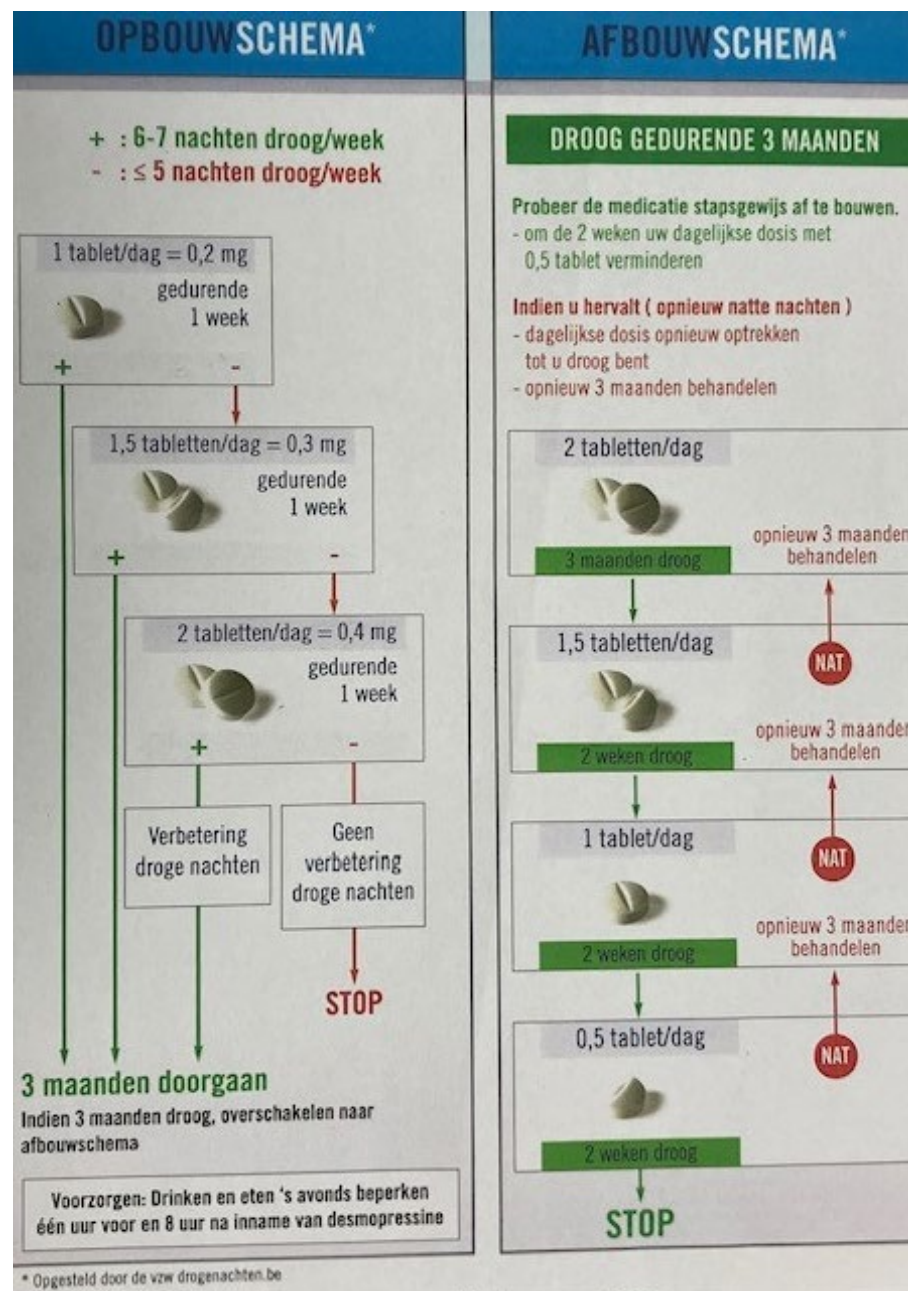
1 - _____ - _____ - _____ (RIZIV n°)

____/____/____ (datum)



(stempel)

..... (handtekening van de arts)



Verminderde capaciteit ontwaken : plaswekker

2 delen :

- Alarm
- Broek met sensor

Doel : verband leggen signaal-volle blaas
conditionering

Motivatie !

Opvolging!



plaswekker

Verderzetten tot minimaal 14 dagen op rij droog

Dan wekker zeker nog 14 dagen houden

Binnen 6-8 weken is duidelijke vooruitgang nodig

Maximaal 6 maanden gebruik



Take home messages

- Anamnese – KO – urine - plasboekje
- Meestal functioneel, bij therapieresistentie verdere onderzoeken
- Eerst de dag, dan pas de nacht aanpakken
- Obstipatie = belangrijke co- morbiditeit
- Gezonde plas-en drinkhygiëne is de basis
- Veel info op www.drogenachten.be



Practopics

Praktische topics voor de huisarts

Volg ons op zas.be en





Bevestig via de QR-code
je deelname



Practopics

Praktische topics voor de huisarts

Of klik op de link in de Q&A rechtsboven.

