

بستر پر پیشاب کرنا۔

تقریباً تین سال کی عمر تک بچے عموماً بستر میں (سوتے وقت) پیشاب کرنا چھوڑ دیتے ہیں اور اگر یہ مسئلہ تین سال کے بعد بھی موجود رہے تو والدین پریشان ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹر حضرات اس بات پر زور دیتے ہیں کہ یہ بیماری نہیں، بلکہ ایک عام علامت ہے۔ اسی سلسلے میں والدین کو مندرجہ ذیل باتیں معلوم ہونی چاہیئے۔

1. تقریباً 15 فیصد بچے تین سال کی عمر کے بعد بھی سوتے ہوئے (بستر میں) پیشاب کر دیتے ہیں۔
2. لڑکیوں کے مقابلے میں لڑکوں میں یہ علامت زیادہ پائی جاتی ہے۔
3. یہ علامت موروثی ہوتی ہے۔
4. عموماً سن بلوغت تک یہ عادت ختم ہو جاتی ہے۔

5. ایسے بچوں میں عموماً کوئی جذباتی (نفسیاتی یا اعصابی) مسئلہ نہیں ہوتا۔ تین چار سال کی عمر کے بعد بھی اگر عادت برقرار رہے تو گردے یا مثانے کی کسی بیماری کی طرف یہ ایک اشارہ بھی ہو سکتا ہے۔ کبھی کبھی بستر میں پیشاب کرنے کی علامت نیند کی خرابی کی وجہ سے ہو سکتی ہے۔ زیادہ تر بستر میں پیشاب کرنے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ بڑھتی عمر میں مثانہ پر کنٹرول نارمل سے کم رفتار سے ہو رہا ہوتا ہے۔ بچے کی گھبراہٹ اور قابل توجہ جذباتی الجھنیں بھی بستر میں پیشاب کی وجہ ہو سکتی ہیں۔

بستر میں پیشاب کرنے کی کئی جذباتی نفسیاتی وجوہات ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر طویل تک اس علامت کے خاتمے کے بعد اچانک نمودار ہونے کی وجہ عموماً بچے کا نئی پریشانیوں کا خوف ہوتا ہے۔ ایسا عموماً اس وقت ہوتا ہے جب حالات و واقعات میں کوئی تبدیلی آئے جیسے نئے گھر یا ماحول میں منتقلی، کسی عزیز یا پیارے کا انتقال ہو جانا، یا خاص طور پر گھر میں کسی دوسرے بچے کی پیدائش کا ہونا۔ اگر بچے کی ہاتھ روم ٹریننگ کسی سخت ماحول میں ہو تا بھی کچھ عرصے کے بعد بستر میں پیشاب کرنے کی علامت دوبارہ ظاہر ہو سکتی ہے۔

والدین کو یہ بات ضرور سمجھ لینی چاہیئے کہ بچے اس عمل پر شرمندہ ہوتے ہیں اور بہت کم جان بوجھ کر کرتا ہیں۔ بجائے اس کے کہ ولیدین بچوں کو شرمندہ کریں انہیں چاہیئے کہ ان کو حوصلہ دیں کہ آپ بہت جلد اس عادت پر قابو پا لیں گے۔ بچوں کے ماہر ڈاکٹر کے مشورے اس معاملے میں بہت مفید ہوتے ہیں۔

والدین عموماً ایسے بچوں کی یوں مدد کر سکتے ہیں۔

1. سونے سے کچھ دیر پہلے تک پانی یا دیگر مشروبات نہ دینا۔
2. بچوں کو سونے سے پہلے ہاتھ روم جانے کی ٹریننگ ۔
3. اگر کسی رات بچے پیشاب نہ کریں تو صبح ان کی تعریف کرنا۔
4. کسی قسم کی سزائیں نہ دینا۔
5. رات میں بچے کو جگا کر ایک دفعہ پیشاب کرا دینا۔

کبھی کبھی بستر میں پیشاب کرنے کا مسئلہ والدین، فیملی ڈاکٹر یا ماہر امراض اطفال سے ٹھیک نہیں ہوتا۔ بعض اوقات اس علامت کے ساتھ بچہ میں مختلف قسم کے جذباتی مسائل جنم لیتے ہیں جیسے مستقل اداسی اور بے چینی یا کھانے اور نیند کے اوقات میں تبدیلی۔ ایسے میں بچوں اور نوجوانوں کے ماہر نفسیات سے والدین کو مشورہ کرنا چاہیئے، جو والدین اور بچے سے مل کر ان جسمانی اور نفسیاتی وجوہات اور مسائل کا پتہ لگا کر انہیں حل کرنے کی کوشش کریں گے۔

اس علامت کے علاج میں ایسے آلات استعمال ہوتے ہیں جو بستر کے گیلا ہونے کے ساتھ بیبر بجاتے ہیں ادویات بھی Imipramine Antidepressant اور Nasal Anti-diuretic Hormone اس کے علاوہ استعمال ہوتی ہیں جیسے اسپرے۔