

Te vroeg actief en tegen de zin in van het kind begeleiden / behandelen van incontinentie en enuresis is over het algemeen niet zinvol en wordt dan ook niet geadviseerd. De kans op succes is klein en de kans op versterking van de problematiek is aanwezig. Vanwege de school is het uiteraard wenselijk dat kinderen rond de 4 jaar overdag zindelijk zijn, ook met het oog op pesten. Op creatieve wijze moet bekeken worden hoe het kind voor die tijd wel interesse kan krijgen in zindelijk worden. De hieronder genoemde methoden kunnen hierbij helpen.

Het kan voorkomen dat het kind klaar is voor zindelijkheidstraining, maar dit door de ouders niet wordt opgepakt. Vraag hiernaar bij contactmomenten.

In bijlage 6 staat specifiek adviezen en de te nemen interventies. De adviezen worden gegeven en begeleiding uitgevoerd als geen sprake is van pathologie.

Algemene adviezen:

*Drinkgewoontes*

Kinderen wordt geadviseerd het drinken meer gelijkmatig te spreiden over de dag (bijvoorbeeld elke 2 uur 200 ml, met in totaal ongeveer 1-1,5 liter per dag). Drinken 's avonds wordt kinderen niet ontraden. Wel wordt geadviseerd 's avonds niet te veel dranken te nuttigen die kunnen leiden tot een versterkte diurese, zoals melk en thee.

De volgende algemene principes zijn van groot belang voor het slagen van de gekozen training en moeten dus uitgelegd worden aan de ouder:

- Begin in een rustige periode, dus niet rond verjaardagen of feestdagen.
- Vanaf 6 jaar het kind zelf laten verschonen of mee laten helpen (bijvoorbeeld kleding of lakens naar de wasmand brengen, meehelpen met bed opmaken, zelf schone kleren pakken).
- Uitleg, wegnemen druk/straf, positieve aandacht.
- Pas de gekozen methode consequent elke dag/nacht toe gedurende enkele maanden. Het blijkt uit de praktijk dat het lang kan duren voordat een methode succesvol is.