



Seaŋga njuoská

Dikšut losidahtti, muhto ii
eahpedábálaš dili mii mánáin lea.

Rávvgat váhnemiidda

Sisdoallu

Oanehaččat cissama birra ihkku	3
Gávdnoštupmi ja sivva manne ribaha sengii cissat	4
Váikkuhusat go cissá sengii	5
Mii lea normála, ja goas dát lea váttisvuohtan?	6
Vejolaš dikšu	7
Eaŋkalis rávvagat ja neavvagat	8
Máná čuovvulit dađistaga	9
Áigeguovdilis dieđut	10
Čoahkkáigeassu	11



Oanehaččat cissama birra ihkku

Daddjo mánná lea cissadahkes, enuresis mediisiinnalaš fágagillii, go ribaha cissat sengii ihkku go lea badjel 5 jagi. ¹ Dološ áddejupmi lei ahte mánná cissá sengii ihkku danin go leat psyhkalaš váttisvuodát dahje heajos bajásgeassin, muhto dat ii doala deaivása. Dávjá lea váttisvuohtha dat ahte beare olu gártá cissa ihkku dahje lea gužžaráhkku unni. ¹

Ii leat eahpedábalaš mediisiinnalaš dilli go mánná ribaha cissat sengii ihkku. Guhkit áigái dat sáhttá váikkuhit máná iešdovdui, sosiála heiveheapmái ja skuvlabargguide go rahčá dáinna váttisvuodain. ²

Lea dábalaš sirret dán guovtti goabbatlágan dillái: ¹

- **Ii leat monosymptomáhtalaš (sihke ihkku ja beaivet váttisvuohtha) Fáhka šaddá cissahehti, cissaribaheapmi ja eará váttisvuodát gužžaráhkuin beaivet.**
- **Monosymptomáhtalaš (" dušše" cissá sengii) muhto eai leat symptomat gužžaráhkus beaivet**

Lea dehálaš mitalit doaktárii jus mánás leat váttisvuodát beaivet danne go dat mearrida dan makkár divššu galgá addit.

MUITTE:

Lea veahkki gávdnamis – ságastala váttisvuoda birra dearvvašvuodadivššáriin dahje máná doaktáriin!



Gávnoštupmi ja sivva manne ribaha senгии cissat

Man dábálaš lea dat?

Vaikko dán váttisvuođa birra váhnemat eai nu dávjá digaštala, de dat lea eambo dábálaš go mánggas navdet.

Dát bárti lea sullii 10% guđajahkášaš mánáin. Dat mearkkaša ahte gaskamearálaččat leat 3 máná golbmalogi oahppis geat ribahit senгии cissat ihkku.¹

Sullii 15% fáhkka heitet cissadeamis juohke jagi, ja go mánát leat badjel 11 jagi de leat sullii 2-3% geat cisset ihkku senгии.¹

Dát buorrána eatnasiin iešalddis, vaikko ádjána muhtimiin guhká. Ollesolbmo agis dát váttisvuohta lea gávdnamis sullii 0,5%.¹



Dihitet go ahte?

Árbi dagaha ahte dain mánáin, geain bearašlahtut leat leamaš dakkárat geat leat cissan senгии ihkku, lea stuorát várra álgit cissat senгии ihkku.^{1,3}

Mii lea sivvan?

Lea dehálaš čielgasit mitalit ahte ii leat ovttage sivva go mánná cissá senгии. Dat sáhttá leat mánggabealat váttisvuohta ja mediinniálaš ágga.^{1,3} Dábáleamos ákkat leat:

- Lossa ja mášohis oadđin
- Gužžaráhkuin váttisvuođat (unni gužžaráhku, ráhku cissaha)
- Cissa gártá badjelmeari ihkku (polyuri)

Manne lea idja-polyuri?

Gorut buvttada anti-cissastoffa (vasopressin), ja vuoignašat stivrejit dan. Dábálaš lea ahte jándoris lea variašuvdna dán anti-cissastoffas, beaivet lea unnán ja ihkku fas eambo. Dát stoffa doaibmá monemaččain nu ahte ihkku ii buvttaduvvo nu olu cissa ja dat cissa lea ruškadeabbo. Dat lea sivvan manne idđes lea cissa ruškadet ja das lea garrasit hádja.^{4,5}

Mánát geat cisset senгии ihkku, leat dávjá veahá njoazibut sajáiduhttit anti-cissastoffa jándorvariašuvnna; láddanproseassa lea veahá manjonan. Dát dahká ahte ihkku čoggo eambo cissa, ja dan gohčodit idja-polyuri.^{4,5}

Váikkuhusat go cissá seŋgii

Mánnái ja váhnemiidda sáhttá noađđin šaddat go mánná cissá seŋgii ihkku.

Dutkamat čájehit ahte

- **Go váhneamat nággeba ja diggoba gaskaneaskka ja earráneapmi, leat stuorá-
mus huššafaktorat mánáide gaskal 8-19 jagi das ahte ihkku cissá seŋgii.** ⁶
- **Cissan seŋgii sáhttá vásihuvvot vearrábun go dat ahte eará mánát hárdet
dahje olgguštit.** ⁷
- **Goalmmádas oassi 9-jahkásaš mánáin vásihit "oalle váttisvuohtan" go cisset
seŋgii, ja sii geat cisse seŋgii dávjá (≥ 2 gearddi vahkkui), sis vásihii bealli dán
"hui váttisin" gieđahallat.** ⁶

**Seŋgii cissan lea dávjá mána čiegusvuohta mii sáhttá váikkuhit máná
árgabeaivái.** ^{1,2,3} **Dán oaidnit diagrámmas vuollelis...**

Seŋgii cissan sáhttá addit:

Njeaidá
skuvlaolahusa

Ahkitvuohta
ja heahpat
válttisvuođa
dihte

Heajos
iešgovva

Hárve searvá sosiála
doaluide gos idjedit
galgá

Heajos
nagirkvalitehta
ja danne
váibbasvuohta
beaivet.

Mii lea normála, ja goas dát lea váttisvuohtan?

Normála ovdáneapmi

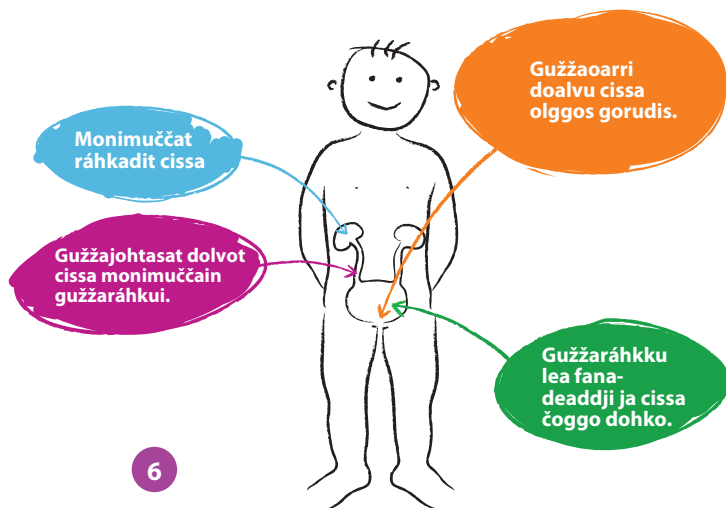
Mánát dovtagohtet cissaheadi go leat 2-3 jahkásaččat. Sii ohppet dađistaga doallat cissa dassáži go besset hivssegii. Eanas mánát heitet cissamis buvssaide 4 jahkásažžan, ja dávjá lea libar ihkku mii mañemus jávká. Nieiddažat heitet árabut lihpariin go bártnážat. Lea oalle dábálaš muhtomin nisttihat buvssaide mañjil go lea deavdán 4 jagi, muhto go mánná ≥ 5 jagi ja mángii nisttiha buvssaide vahkus, de daddjo medisiinnalaš sánin cissat senjii (enurese).^{1,9}

Mánáin lea erohus, ja danne lea iešguđet ládje guđe agis dát dovdo váttisvuohtan. Go mánná heaitá mánáidgárddis ja álgá skuvlii, de rievdá dávjá sosiála eallin. Ođđa biras ja idjadeapmi sáhtá dávjjit. De šaddá stuorát váttisvuohtan dat go ihkku cissá senjii. Ovdalgo dan álgá dikšut, de ferte mánná ieš dovdat dán váttisvuohtan ja ieš háldit dáiinna bargat juoidá.^{1,3}

Movt doaibmá gužža-jođas?

Mis leat guokte monimučča mat leat čorpma stuoru. Dat leat sullii dakko gokko náhpečoalli, čielggi siskobealde, goabbat bealde čielgedávttiid. Monimuččaid váldobargu lea čorget bázahasstoffaid varas eret ja searvat bargui mas heivehuvvo čáhcemearrebalánsa gorudis. Gužžaráhkku lea dego ballonja. Das leat nearvvat ja asehis deahkkegeardi. Go gužžaráhkku lea dievvan, de sáddejuvvo diehtu vuoinjamaččaide ahte mánná ferte gurret gužžaráhku. Vuolimusas gužžaráhkus lea čavgendeahkki, ja dat oažžu dieđu ložžet go cissa golgá gužžoari čađa olggos.¹⁰

Vai ihkku ii galgga dárbašit hivssegii, de gorut ráhkada eambo anti-cissastoffaid mat dahket ahte monimuččat eai buvttat nu olu cissa ihkku.



Vejolaš dikšu

Go de lea iskkaduvvon, doavttir lea addán dieđuid ja rávvagiid, de hutkojuvvo plána juohke ovttaskas mánnái. Hui ávkkálaš kártenbargu lea go ráhkada listtu mas oaidná movt lea juhkan ja cissan guovtti jándora badjel, vai gávnnaha gokko váttisvuohta lea.

Muhtin mánát bártidit beaivet maid lassin dasa ahte seangga njuoskadit ihkku. Dalle lea ávžžuhus čalmmustahttit vuos dan váttisvuođa mii leat beaivet. Go lea «dušše» nu ahte cissá sevgii ihkku, de leat guokte vejolaš dálkkodeami, alárbma ja medisiidna (suddi-tableahtta). Alárbma ii ávžžuhuvvo dábálaččat unnimus mánáide, muhto dálkasa lea dohkálaš geavahit 5-jagi rájes. Movt guđege mánnái lea buoremus, dan máhtá doavttir vástidit. Ovdal go álgá dálkkodit, de lea dehálaš gávnnaht leago gužžavuolši dahje čovji garran.^{1,3,11,12}

**Ságastala doaktáriin
válttisvuođa birra!**

**Muhtomin lea eaŋkalis rávvagiin
ávki, muhtomin sáhtá
dálkkodeapmi ávkkálaš.**



Eanjalis rávvagat ja neavvagat³

Hárjehala buriid cissan- ja juhkanvieruid

Mánnái gánnáha ásaht fásta áiggiid beavvis goas cissá. Dábálaš lea 4-7 gearddi. Lea dehálaš beavet juhkat doarvá. Gaskamearálaš neava lea ahte 2/3 oassi čázis gorudii galgá boahit ovdal gaskabeavvi ja 1/3 oassi gaskabeavvi ja eahkeda áigge. Garvve juhkamušaid main lea koffeiidna ja karbonasuvri, mat sáhttet váikkuhit monimaččaide ja gártá eanet cissa.



Mánát galggaše juhkat
6-8 čáhceeláse juohke
beavvi.

Dearvašlaš borrandábit

Mii diehtit ahte obbon/čoavjegarran (obstipasjon) ja sengii cissan gullet oktii. Go čoalis lea dievva baika, de gáržu sadji gužžaráhkus ja dat muosehuhtá gužžaráhku. Dat dahká ahte mánná ferte cissat dávvjii. Danne lea dehálaš borrat iešguđet lágan ja dearvašlaš borramušaid main lea ollu biepmosáras. Sárrasat leat gordnebiepmuin, šaddosiin ja ruotnasiin.

Bálkkašanortnet

Mánát liikojit iešguđet lágan bálkkašanortnegii nugo mat liibmenmearkkaid oažžut. Don sáhtát máná bálkkašit daid daguid/doaimmaid dihte maid nagoda čađahit, iige danin go ihkku bissu goikkisin. Ovdamearkka dihte livččii buorre ágga addit bálkkašumi go mánná juhká doarvá beavet ja fitná hivssegis ovdalگو nohká.

Muhtin oassi dáin rávvagiin sáhtá ávkkuhit, muhto lea dehálaš ságastallat váttisvuoda birra dearvašvuoda divššáriin dahje doaktáriin. Go mánná njuokkade seangga mañnil go 5 jagi lea deavdán, de dat leat medisiinnalaš dilli. Lea dehálaš mitalit mánnái ahte dilli ii leat eahpedábálaš iige dat leat máná sivva.

Buorit eahkesvierut

Lea dehálaš jaskkodit ovdal nohkkanáiggi. Lohkat mitalusgirjji sáhtá leat ávkkálaš vai mánná jaskkoda ja vuoinjasta buorebut. Ane fuola das ahte mánná finada cissame ovdalگو nohká.

Máná čuovvulit dađistaga

Guldal dárkilit máná ságaid, ja huma suinna váttisvuođa ja divššu birra. Movt doavttir áigu dikšut máná, mearriduvvo dan mielde mii sivva lea, máná ahki ja mokta dikšojuvvot. Jus doavttir mearrida dálkasiid, de mii ávžžuhit doalahit oktavuođa doaktáriin dásseedit.

Go doavttir addá dálkasiid, de árvvoštallá čuovvovaš beliid:

Vuosttaš háve

Sullii 2-4 vahku maŋŋil go álggii dálkasiiguin, de doavttir árvvoštallá leago rivttes **dálkkasmearri**.

Nuppe háve

Doavttir árvvoštallá leago buorránan dilli seaŋgga njuoskama dáfus. Jus lea leamaš **buorre ávki**, de joatká divššu. Jus ii leat leamaš ávki, de doavttir árvvoštallá molsut dikšunmálla.

Dađistaga

Go dikšu lea doaibman ávkin, de joatká divššuin. Juohke goalmát mánus ávžžuhit oanehisboddii bissehit divššu, vai oaidná bissu go **mánná goikkisin go ii addo dikšu**. Jus mánná ain cissá seŋgii, de joatká fas dálkasiiguin nugo ovdal go dikšu bissehuvvui.

Go alárbmadičču addojuvvo, de galgá árvvoštallat ávkki sullii 8 vahku maŋŋil go dikšu álggahuvvui.¹

Dása sáhtá čállit doavttirdiimmuid ja notáhtaid.

Doavttirdiibmu	Dáhton	Fáddá	Notáhtta
1			
2			
3			
4			

Go geavaha medisiinnaid, de leat dieđut Oktasaškatalogas rivttes dálkkasgeavaheami hárrái ja várrogasvuodamearit jna. (<https://www.felleskatalogen.no/medisin/pasienter/a>).

Fuomáš erenoamážit ahte lea dehálaš ahte ii juga nu olu 1 diimmu ovdal ja 8 diimmu manjil go mánná lea váldán dálkasa eahkes.¹¹

DEHÁLAŠ MUITIT SENGIICISSAMA BIRRA

Atte rámi ja jeddehusa dábálaš dásis. Badjelmeari čalmmustahttin lea muosehuhti.

Dás sáhtttá gáibiduvvot ollu mánás ja váhnemiin. Leage gierdavaš!

Dás lihkostuvvá buoremusat go mánná lea láddan dása ja sus lea mokta dán čađahit.

Digaštala váttisvuoda birra máná doaktáriin!

Áigeguovdilis dieđut

Diehtomateriála, podcast ja filmmat

Neahttasiidu www.torrhelenatten.no, leat ráhkadan Ferring Legemidler AS ovttasbarggus Norsk Enurese Forumin (NEF). Geahča min siidduin oahppan dihte senjii cissama birra.



Čoahkkáigeassu

- Sengii cissan ii leat eahpedábálaš medisiinnalaš dilli mánáin. ¹
- Máná cissá sengii dájvá go olu cissa buvttaduvvo ihkku. Dat ii leat máná sivva! ¹
- Go sengii cissá, dat sáhttá váikkuhit máná sosiála heiveheapmái ja skuvlabargguide. ⁷
- Eaŋkalis rávvagat sáhttet ávkkuhit muhtimiid. Jus rávvagiin ii leat ávki, de leat dikšunvejolašvuođat maid. ³
- Lea dehálaš váldit oktavuoda doaktáriin ja árvvoštallat divššu dadistaga. ¹





Referánsat

1. Holth J et al. Tidsskr Nor Lægeforen 2001;121:59-62
2. Neveus T. Pediatr Nephrol 2011;26:1207-1214
3. UpToDate <https://www.uptodate.com/contents/bedwetting-in-children-beyond-the-basics#H1>
4. Rittig S. Am J Physiol 1989;256:F664-671
5. DiBianco JM et al. Avicenna J. Med 1014;4(4):77-99
6. Van Tijen NM. Br J Urol 1998;81(3):98-99
7. Butler R. Child: Care, Health and Development 2008;34:65-70
8. Yeung CK. BJU Int 2006;97:1069-1073.
9. Vande Walle J. Eur J Pediatr 2012;171:971-978
Erratum in Eur Pediatr 2013;172(2):285;Eur J Pediatr 2012;171(6):1005
10. NHI <https://nhi.no/sykdommer/barn/undersokelser/urografi-rontgen-av-nyrer-og-urinveier/?page=all>
11. BMJ <http://www.helsebiblioteket.no/pasientinformasjon/barn-og-unge/sengevaeting>
12. Lie A et al. Tidsskr Nor Legeforen 2020;140:155-159

Råhkaduvvon ovttas mánáiddoaktáriin Vibeke Fossum, Oslo Barnelegepraksis

Ferring Legemidler AS
Postboks 4445 Nydalen, 0403 Oslo
Tlf: 22 02 08 80
mail@oslo.ferring.com

FERRING
PHARMACEUTICALS

MIN/003/02/2020

Guovdageaidnu/Kautokeino kommune har i samarbeid med oversetterne Ravdna Turi Henriksen og Mikkel Magnus Utsi oversatt brosjyren til nordsamisk, med tillatelse fra Ferring legemidler AS og Nilz & Otto Grafisk AS september 2020.