

BLÅSTRÄNING

Blåsträning är förstahandsbehandling vid daginkontinens. Målet med blåsträningen är att barnet ska kontrollera sin blåsa och kunna styra över blåsan inte enbart när barnet är kissnödigt. Barnet får kissa på förutbestämda tider enligt ett schema. Intervallen ökas successivt och är vanligtvis mellan en till tre timmar.

Barn med tömningsproblem kan också ha positiv effekt med blåsträning. Blåsan brukar få tillbaka sin spänst och förutsättningarna att tömma blåsan blir bättre vid mindre urinvolymer.