

まず、アラーム療法から始めてみましょう

- くすりを使わないので、副反応の心配がない

トレーニングの意味

- おねしょをした時に起こして排尿を抑制させることが目的

なぜ、おねしょが治るか？

- おねしょした時にアラームの音で起こす
 - おねしょを意識させる
 - 睡眠中の尿保持力が増える
 - 膀胱の容量が増える
 - おねしょの量が減る
 - おねしょを朝方までがまんできるようになる
 - 朝起きるまでがまんできるようになる
 - おねしょを卒業する

アラーム療法を始めましょう

(まずは1回目だけ起こす方法、経過を見て2-3回目まで起こすことを勧めることもあります。)

- センサーをパンツに取り付ける
 - アラームが鳴ったら
 - 子どもが自分で起きたらほめる
 - 起きない時は、すぐに親が起こす
 - まだ尿意がある時はトイレに連れて行く(尿意がなければそのまま寝かせる)
 - ぬれたパンツや寝具を片付けアラームを外して寝かせる。
 - (2-3回起こすことを目的とする時には、もう一度センサーを取り付ける)
- アラーム療法の記録をつける

1ヶ月ごとに記録を見てみましょう。

- 効果を判定しましょう
- 3ヶ月間以上無効の場合は、次のプログラムを行いましょう。