解决孩子尿床的方法

孩子尿床是另大人头疼的事，如果长期治不好，不仅会影响孩子的心理，还可能影响到孩子大脑和神经系统的发育与功能完善，会造成注意力不集中，精神疲惫，好动。严重的还会造成免疫力低下。下面我们就来介绍几个解决孩子尿床的方法。

孩子尿床后，家长首先要排除疾病的原因，然后及时的采取一定的方法。要解决孩子的尿床问题，家长可以参考以下六个方面：

1、避免白天过度劳累，安排孩子按时休息，晚上早入睡，养成睡前排空小便的习惯;

2、晚餐时应减少对流质食物的摄入;临睡前不宜喝水或牛奶，不吃西瓜等水分多的水果;

3、进行排尿中断训练。鼓励孩子在每次排尿中途中断排尿，自己从1数到10，然后再将尿排尽，这样做可提高膀胱括约肌控制排尿的能力;

4、积极治疗引起遗尿的原发性疾病，如包皮过长、糖尿病、蛲虫病，尿路感染等;

5、总结记录。家长需每天记录孩子尿床的原因、次数，每周总结一次，找出原因，当孩子有进步时应给予鼓励;

6、掌握孩子经常尿床的时间，夜间用闹钟唤醒患儿起床排尿1-2次。

为了让孩子健康成长，及时的让他改掉尿床的毛病也很重要，要是不知道如何处理的话不妨试试以上的集中方法。