

# Voorlichting en niet-medicamenteuze interventies centraal in NHG-Standaard Bedplassen

Gerda van der Weele, Laura de Vries, Annemiek Schep-Akkerman

De NHG-Standaard Enuresis nocturna uit 2006 is herzien en heet voortaan NHG-Standaard Bedplassen. Voorlichting en niet-medicamenteuze interventies blijven centraal staan in de aanpak. Deze interventies zijn nu gegroepeerd naar intensiteit. De plaats van medicatie is verder beperkt tot alleen incidenteel gebruik bij bijvoorbeeld een logeerpartij. Deze herziening besteedt ook meer aandacht aan adolescenten en volwassenen.

De titelwijziging werd ingegeven door de verwarrende enuresisnomenclatuur, wat tot de nieuwe titel Bedplassen heeft geleid. Omdat bedplassen ook bij adolescenten en volwassenen voorkomt (vanaf 16 jaar is de geschatte prevalentie van bedplassen 0,5%), werd bij het inventariseren van knelpunten van de vorige versie van de standaard gevraagd om ook voor deze doelgroep handvatten te geven.

## DIAGNOSTIEK

Bedplassen is een symptoomdiagnose die vanaf 5 jaar kan worden gesteld. De anamnese is gericht op het stellen van

de diagnose én om het onderscheid te maken met eventuele onderliggende mictiepathologie, zoals een overactieve blaas of meatusstenose. Wanneer er geen aanwijzingen zijn voor mictiepathologie of een urineweginfectie, hebben lichamelijk en aanvullend onderzoek geen toegevoegde waarde. Als onduidelijk is hoeveel en hoe vaak er op een dag gedronken en geplast wordt, kan een mictiedagboek worden gebruikt (die ook ingezet kunnen worden bij de effectevaluatie van een interventie).

## NIET-MEDICAMENTEUS BELEID

Voorlichting, adviezen en niet-medicamenteuze behandeling blijven de basis van de aanpak van bedplassen. De niet-medicamenteuze behandelingsopties zijn nu gegroepeerd in:

- weinig-intensieve methoden: gedragsmatige adviezen, het kind uit bed tillen, wakker maken, kalendermethode, methoden waarbij de patiënt een beloning krijgt
- intensievere methoden: plaswekker, een combinatie van een plaswekker met 1 van bovenstaande methoden
- complexe methoden: droogbedtraining (ambulant of klinisch), blaastraining



Voorlichting, adviezen en niet-medicamenteuze behandeling blijven de basis van de aanpak van bedplassen.

Foto: Shutterstock.

Aan de herziene standaard is ook een overzichtstabel met deze interventies toegevoegd, met een toelichting op inhoud, doel, nadelen, doelgroep(en) en duur van de interventie.

De voorkeur gaat doorgaans uit naar de weinig-intensieve methoden, maar dit is bij uitstek een punt om met de patiënt (en de ouders/verzorgers) te bespreken en te beslissen. Bij de keuze zullen de mate van ervaren hinder, de vereiste motivatie, de leeftijd en het ontwikkelingsniveau medebepalend zijn.

Helaas vonden we weinig specifieke onderzoeksliteratuur en evidence over adolescenten en volwassenen. De aanbevelingen voor hen zijn dan ook vooral gebaseerd op een extrapolatie van het (effect)onderzoek onder oudere kinderen, zoals de grotere effectiviteit van de plaswekker vanaf de leeftijd van 10 jaar.

Voor de begeleiding bij de diverse interventies kan, afhankelijk van regionale afspraken en beschikbaarheid, een beroep worden gedaan op de jeugdgezondheidszorg en of een (kinder-) bekkenfysiotherapeut.

### **DESMOPRESSINE**

Voor deze herziening hebben we de evidence over de effectiviteit en bijwerkingen volgens de GRADE-methode geanalyseerd. Daaruit blijkt (opnieuw) dat medicatie het bedplassen

doorgaans niet of slechts voor zeer korte tijd oplost en dat er wel potentiële bijwerkingen kleven aan het gebruik. Daarom bevelen we medicatie niet aan, met een uitzondering voor kortdurend gebruik als alternatieven ontbreken en het effect op de korte termijn grote meerwaarde heeft, zoals bij een loo-geerpartij. Geef dan een desmopressinetablet 0,2 mg voor het slapengaan en adviseer de vochtinname te beperken van 1 uur vóór tot 8 uur na inname. ■

Raadpleeg de volledige versie van de NHG-Standaard Bedplassen op [richtlijnen.nhg.org](http://richtlijnen.nhg.org).

Van der Weele GM, De Vries L, Schep-Akkerman AE. NHG-Standaard Enuresis nocturna heet voortaan NHG-Standaard Bedplassen. Huisarts Wet 2023;66:DOI:10.1007/s12445-022-2124-4. Nederlands Huisartsen Genootschap, cluster Richtlijnontwikkeling, Utrecht: G. van der Weele, senior wetenschappelijk medewerker, [g.vanderweele@nhg.org](mailto:g.vanderweele@nhg.org); L. de Vries, wetenschappelijk medewerker; A.E. Schep-Akkerman, epidemioloog.  
Mogelijke belangenverstrengeling: niets aangegeven.  
De werkgroep bestond uit [op alfabetische volgorde]: Damen Z, Schep-Akkerman AE, De Vries L en Van der Weele GM.