



HAURREN IDORRERIA

ZEIN DA HAURREN IDORRERIAREN ARRAZOI OHIKOENA?

Arrazoi ohikoena ez da funtzionala da, alegia, nahita kaka egitea saihesten dute beldurratik, minagatik edo eta jolasean okupatuta daudelako eta ez dute euren jolasa utzi nahi. Orduan egiten dutena zera da: ipurmasailetako muskuluak estutu aguantatzeko, minutu gutxi barru garunak agindua interpretatu eta komunero joateko gogoia izateari uzten dio.

Zergatik sortzen da?

Ondostean eginkariak pilatzen dira eta ondoren horien lehortasuna eta gogortasuna; beraz kaka egitera joaten denean, min emango dio eta ondorioz eutsi egingo ditu eta gertakari honek egingo du are gehiago lehortzea eta gogortzea, eta horrela gurpil zoroa sortuko, lehenbailehen moztea garrantzitsua dena.

Une honetan hartzen duten zuntz-kopurua handituz gero, sortutako tapoia are gehiago indartuko dugu eta prozesua kronifikatzea bultzatuko dugu.

Zer sintoma eragiten ditu?

Sintona nagusia kaka egiteko maiztasuna gutxitzea da edo eginkariak gogortzea (tamaina handiko eginkari gogorrak edo ardi-kaka modukoak Eginkari kopuru handia pilatuz gera, gerta daiteke nahi gabeko “jarioak” edo “lohitzeak” izatea, horrek adierazten du idorreria larria dela. Egoera honek eraman gaitzake “beherakoarekin” nahastera, eta idorreriaren tratamendua ez ongi fokoratzera.

Denborarekin, mina eragin dezaketen zartadurak sor daitezke (honek eramaten ditu oraindik gehiago erretenitzera) edo eta odo-jario disdiratsu murrizta izatera sabelustuaren amaieran.

Beste sintoma ohikoetako bat atxikitze posturak dira, eta horiek batzuetan nahasten dira umeak bultzatzeko esfortzu handia egiten ari den itxurarekin ; benetan egiten ari dena justu kontrakoa denean. Ikus dezakegu umea gorde egiten dela, oso geldirik geratzen dela, edo eta kokoriko jartze dela edo eta hankak gurutzatzen dituela.

Nola trata daiteke?

Garrantzitsuena mina kentzea da kaka egitearen beldurra eta baztertzea gainditzeko.

- Funtsezkoa da tratamendu bat eskaintzea eginkariak biguintzeko min eman ez diezaion. Horrexegatik, ez dira komengarriak ondoeste bidezko tratamenduak; izan ere, horiek eginkariak “irristatzea” eragingo dute haien irteera erraztuz, baina berdin berdin tamaina handikoak iztean, umeek mina antzemango dute, eta gainera, uzikiko pitzadura eragingo da. Polietilenglikolarekin aho bidezko tratamendua hilabeteetan jarraian manten daitezke, horrek hestea “ohitzea” sortu gabe.





- Hesteetako errutina sortzea oso garrantzitsua da. Horretarako, umea egunero eguneko otordu baten ondoren ordu berean komunean eseri behar dugu, orduan agertzen baita hesteak gehiago mugiaraziko dituen eta libratzea errazago egingo duen urdaileko koliko erreflexua. Bi minutuz eserita egon behar du indarra eginez, inongo entretenimendurik gabe (ez mugikorrik, jolasik, libururik, etab...)
- Bainuan dauden bitartean oinak pausatzea erraztu behar da, libratzea erraztuko duen postura fisiologikoagoa baita.
- Egoera normalizatzea lortu behar da, umearen aurrean “arazoaz” ez hitz egiten saiatuz eta errefortzu sistema positiboa eginez ongi egiten duenean, eta beti ere zigorrak saihestuz.
- Behin tapoia konpontzea lortuz gero, zuntzetan aberatsak diren elikagaien ahorakinak handitu behar dira (frutak azalarekin eta zatitan, barazkiak zatitan, zereal integralak, lekaleak) beste idorreria bat prebenitzeko.

Tratamenduaren helburua mina ekiditea da beldurrak gaindi ditzan eta kaka ez gogortuak egitea, nahiz eta egunero ez izan.