

**Bakgrund:** Barn med nattvåta mår i højre grad psykisk dåligt än sina torra kompisar. Idag finns ingen behandling som botar alla. Behandlingsrekommendation är att först behandla ev. förstoppning (då full tarm trycker på blåsan och kan ge inkontinens). Därefter rekommenderas som steg 1: basala uroråd (kissa på rätt sätt dagtid), steg 2: larmbehandling. Rådet att lära barn att kissa rätt på dagarna (basala uroråd) kommer ifrån hur dagvåta behandlas men det finns ingen forskning vad gäller betydelsen för nattvåta. Larmets verkan är väl utforskat men metoden är inte fullständig i att behandla alla barn torra.

**Metod:** Alla inkluderade barn (ca 100 st) kontrolleras och behandlas om förekomst av förstoppning. Vi får då svar på hur många som blir torra bara av den behandlingen. De som fortfarande kissar i sängen randomiseras in i tre grupper:

- 1: basala uroråd (20 st)
- 2: larmbehandling (20 st)
- 3: ingen behandling alls (20 st).

Utifrån detta är det mest intressant att se om rådet att sköta blåsan dagtid stärks eller förkastas. Variabler i baseline kan visa oss om det finns faktorer som ger oss vägledning i vilken behandling som i så fall passar vilket barn. En del barn och föräldrar kommer att intervjuas för att få reda på hur de upplevde behandlingarna. Detta gäller både familjer med lyckad och misslyckad behandling.

**Klinisk relevans:** Stor, de internationella riktlinjerna kan stärkas eller förkastas om det finns forskning kring basala uroråd/ larm. Om vi får data som visar att vissa barn svara bättre på viss behandling än annan kan misslyckanden undvikas.

## Fremtidens skoletoiletter – et tværfagligt pilotprojekt i Aarhus Kommune

I Aarhus Kommune har eksperter og praktikere arbejdet sammen i et 2-årigt tværfagligt pilotprojekt med henblik på at bedre skolebørns toiletbesøg, så det bliver en mere behagelig, tryk og rar oplevelse. Baggrunden for projektet er uhumske skoletoiletter, der afholder børn og unge fra at bruge dem, og det har store negative konsekvenser bl.a. for deres læring og trivsel.

Projektet vil afprøve og videreudvikle nye materialer og teknologier med henblik på at kunne skabe trygge, indbydende, hygiejniske og driftssikre toiletforhold på grundskoler, til gavn for elever og lærere og til effektivisering af drift og rengøring.

Indsatserne omkring hygiejne forventes at reducere sygefraværet samt øge trivsel og læring hos eleverne. På sigt forventes indsatserne at forebygge, at børn udvikler forstoppelse, afførings- og urininkontinens, som børn ligeledes kan udvikle, hvis de ikke benytter toiletterne i skoletiden.

Projektet handler om at anskue de mangeårige udfordringer med skoletoiletterne fra flere vinkler i forhold til nye materialer, udluftning, lys, låsning af døre, øget fokus på rengøring, samt nudging til korrekt anvendelse af toilet og håndvask. Sundheds-



Fremtidens skoletoiletter.

plejen deltager i projektet bl.a. gennem sundhedspædagogisk undervisning, dialog med eleverne samt praktiske øvelser i klassen og på toiletterne.

Pilotprojektets deltagere er Sølystskolen, Skovvangsskolen og Holme Skole. På Sølystskolen bygges der toiletter samt laves sundhedspædagogisk undervisning til elever i indskoling, på Skovvangsskolen er det mellemtrinnet, der involveres og på Holme Skole bygges toiletter og undervisning til udskolingseleverne. Der involveres yderligere elever fra 9. klasse til at komme med gode ideer til forbedring af skoletoiletterne.

Sundhedsplejerskerne sender inden undervisningen invitationer til elevernes forældre samt lærerne. Eleverne inviteres til en-to timers undervisning i gode toiletvaner samt korrekt håndvask. Sundhedsplejerskerne fortæller om hvorfor, hvornår og hvordan, man går på toiletet, samt hvordan blæren og tarmen fungerer. I de største klasser undervises der ligeledes i bækkenbundens muskler og deres funktioner. Samtidig undervises eleverne i hvorfor, hvornår og hvordan, man vasker hænder samt en introduktion til gode og dårlige bakterier.

I undervisningen anvendes forskellige metoder fx videofilm, dialog med eleverne, oplæg og forskellige aktiviteter så som



Foto: Adobe Stock

praktisk øvelse i håndvask, stoleleg og Kahoot. Undervisningen afsluttes med videoen "Gode toiletvaner", som giver anledning til en snak om, hvordan eleverne selv kan være med til at holde toiletterne rene, tilkalde hjælp, hvis der er et toilet, der er stoppet, eller der mangler papir, sæbe o.s.v. Eleverne reflekterer over, hvad der skal til for, at det bliver rart, rent og trygt for dem selv og andre elever at bruge toiletet på skolen.

Undervisningen tager udgangspunkt i, at det er vigtigt at benytte skoletoiletterne, at vi alle har brug for at komme på toiletet flere gange dagligt, og vi sammen kan være med til at sørge for, at det trygt og rart at bruge skoletoiletterne. Vi vil ligeledes forsøge at bryde tabuet omkring toiletbesøg.

Forældrene og lærerens opgave er, at forberede eleverne på undervisningen og at følge op på undervisningen. Både forældre, lærere og skolens ledelse har en vigtig rolle i at hjælpe eleverne til at få gode toiletvaner, og dette er lærerne blevet mere bevidste om i projektet.

Undervejs i projektet har sundhedsplejerskerne udarbejdet små videofilm af de nye skoletoiletter. Projektet evalueres af DCUM (Dansk Center for Undervisningsmiljø) både før, under og efter, så andre skoler vil kunne få glæde af de resultater, der kommer.

Vores erfaringer er, at eleverne rigtig gerne vil deltage i undervisningen, de stiller gerne spørgsmål og kommer med gode løsningsforslag til ting, der kunne være bedre på skoletoiletterne.

Vi håber, at vores erfaringer samt DCUM's evalueringer vil føre til, at der bliver bygget nye toiletter på alle landets skoler,

samt at øget rengøring og den sundhedspædagogiske indsats fra sundhedsplejersker og lærere tænkes med, da dette vil øge elevernes viden og indsigt i vigtigheden af at have gode toiletvaner og en god håndhygiejne.



**ANETTE ØSTERGAARD**

*Skolesundhedsplejerske*



**LAILA THOMSEN**

*Uroterapeut og sundhedsplejerske.*

## "Gode toiletvaner" på YouTube

<https://velfaerdesteknologi.aarhus.dk/innovation/vtu-velfaerdesteknologisk-udviklingspulje/projekter/boern-og-laering/fremtidens-skoletoiletter/>

