

Bettnässen: Kein Drama

Geringe Blasenkapazität
Kommentar



Im Zweifelsfall zum Arzt. Fast jedes fünfte Kind ist davon betroffen und keines macht es absichtlich: Bettnässen kann sich zwar von selbst legen, besser ist aber eine ärztliche Behandlung – um psychische Folgen zu verhindern.

Die Medizin definiert Enuresis nocturna als zwei nasse Nächte pro Monat nach dem fünften Lebensjahr. „Wenn Kinder bis zu diesem Alter ins Bett machen, besteht kein Grund zur Sorge. Es handelt sich vielmehr

meist um eine Entwicklungsverzögerung“, erklärt Dr. Romana Altenhuber-Müller, Fachärztin des Kompetenzzentrums für Kinderurologie im Wilhelminenspital Wien. „Das ist wie beim Radfahren oder Schwimmen – einer kann’s früher, einer später.“

Geringe Blasenkapazität

Etwa 15 bis 20 Prozent der Fünfjährigen nässen in der Nacht ein. „Tendenziell mehr Buben“, so die Spezialistin. Organische Fehlbildungen kommen als Ursachen extrem selten in Frage. Dr. Altenhuber-Müller: „Schuld ist vielmehr ein Missverhältnis zwischen der nächtlich produzierten Harnmenge im Vergleich zur Blasenkapazität. Das heißt, die Blase kann nicht so viel Harn aufnehmen. Dazu kommt, dass die Kinder nicht aufwachen, wenn sie aufs Klo müssen.“ Nun könnte man ja meinen, dass sie extrem fest schlafen. Doch das stimmt nicht, erklärt die Expertin: „Neueste Studien belegen, dass Kinder, die einnässen, ein oberflächliches Schlafmuster zeigen. Sie haben noch nicht gelernt, beim Reiz der vollen Blase aufzuwachen.“ Enuresis nocturna kann auch vererbt sein. War der Papa schon Bettnässer, ist das Risiko hoch, dass es auch der Nachwuchs wird.

Wenn ihr fünfjähriger Sprössling noch ins Bett macht, sollten Eltern völlig gelassen reagieren, kein großes Drama machen und eine urologische Praxis aufsuchen. Dort wird zunächst geklärt, ob das Kind schon einmal trocken war. „Nässt es nach einiger Zeit wieder ein, kann die Ursache auch psychischer Natur sein“, sagt die Urologin. War es aber überhaupt noch nie trocken, werden eine Ultraschall- und eine Harnuntersuchung durchgeführt, um organische Fehlbildungen auszuschließen. „Ausgangspunkt jeder Therapie ist ein so genanntes Miktionsprotokoll“, erläutert Dr. Altenhuber-Müller. Zwei Tage lang wird notiert, wann und wie viel der junge Patient trinkt, wie oft er die Toilette aufsucht und wie viel Milliliter Harn er dabei lässt. Auch die Nachtharmmenge wird aufgeschrieben. Dafür wird das Kind aufgeweckt oder die Windel abgewogen. Das Protokoll gibt Aufschluss darüber, ob das Verhältnis Tag und Nacht passt, ob das Kind richtig trinkt und ob die Blasengröße stimmt. „Normalerweise sollte am meisten bis zum späten Nachmittag getrunken werden. Wer allerdings den ganzen Tag nichts trinkt, wird dann am Abend alles nachholen. Das ist nicht besonders hilfreich. Genauso wenig wie Kohlensäure – diese treibt. Ideale Getränke sind Leitungswasser und verdünnte Fruchtsäfte“, unterstreicht die Ärztin.

Die Therapie wird individuell auf das Kind zugeschnitten. Eltern und Nachwuchs müssen allerdings davon ausgehen, dass eine „Heilung“ oft auch mehrere Wochen oder Monate dauern kann. Dr. Altenhuber-Müller: „Die Behandlung hängt davon ab, ob das Kind eine zu hohe Nachtharmmenge produziert oder ob es eine Blasenüberaktivität hat.“ Neben Medikamenten verspricht auch ein Klingelsystem gute Erfolgchancen. Ein Sensor in der Unterhose reagiert auf Feuchtigkeit, beim ersten Tröpfchen schrillt ein Alarmpiepser. „Wacht das Kind nicht auf, werden auf jeden Fall die Eltern von dem Alarm munter und müssen dann mit ihm auf die Toilette gehen“, erklärt die Urologin.

Ein Trost: Fast alle Kinder schaffen es – nur rund ein Prozent der Erwachsenen sind noch gelegentlich Bettnässer.

Cornelia Schobesberger
Juli 2013

Foto: mauritius, privat



Kommentar



„Bettnässen, das nicht therapiert wird, führt mit der Zeit zu psychischen Auffälligkeiten bis zum sozialen Rückzug. Um psychische Folgen zu verhindern, sollte daher unbedingt eine urologische Praxis oder ein Kinderarzt aufgesucht werden.“

Dr. Romana Altenhuber-Müller

Kompetenzzentrum für Kinderurologie am Wilhelminenspital, Wien



 ZURÜCK  DRUCKEN

-->