



Expertenstimme zum Thema **Wie Kinder sauber werden** **....und wenn es doch nicht so ganz klappt?**



von Dr. Romana Altenhuber

[Zu den Kommentaren \(0\) »](#)

Das Erreichen der Kontrolle über die Ausscheidungsfunktion ist für alle Eltern ein Meilenstein im Leben ihres Kindes. Umso stressvoller wird es dann manchmal, wenn es nicht klappt und feuchte oder nasse Hosen nach wie vor ein Thema bleiben.

Die Entwicklung der Blasenkontrolle ist nicht nur abhängig von einer ungestörten Einheit von Nerven und Muskel und entsprechender zentraler Kontrolle durch das Gehirn, es ist vor allem auch zu beachten, dass gleichzeitig auch die körperliche und psychosoziale Entwicklung des Kindes von Statten geht. Viele Vorgänge können in den voranschreitenden Lernprozess eingreifen, wodurch sich ein falsches Miktionsverhalten etablieren kann, das mitunter bis in das Erwachsenenalter bestehen bleibt oder aber schon im Kindesalter zu rezidivierenden Harnwegsinfekten führt.

Durch zunehmende Reifung der Nervenstrukturen und der besseren Koordination der Muskelgruppen untereinander ist es den meisten Kinder mit 3-4 Jahren möglich, ihre Blase so zu kontrollieren, dass sie nicht nur rechtzeitig melden, wenn die Blase voll ist, sondern auch verstehen, dass man sie nicht überall entleeren kann und sich damit in das bestehende, vorgegebene soziale Muster einer Gesellschaft einfügen.

In Wahrheit braucht es auch keine besonderen Ratschläge, damit Kinder trocken werden, oft bedeuten zu viele Tipps nur mehr Verunsicherung – es ist bei den meisten Kindern ein natürlicher Vorgang, der von den Eltern durch liebevolle Zuwendung und Rücksichtnahme unterstützt werden soll. Wahrnehmen der kindlichen Bedürfnisse, ein tabuloser Umgang mit den Ausscheidungsvorgängen und das elterliche Vorbild sind die wesentlichen Eckpfeiler für ein unkompliziertes „Trockenwerden“.

Sollten aber trotz aller Bemühung die Hosen oder das Bett doch immer wieder einmal nass werden, so gilt auch hier: nach Möglichkeit ohne Schuldzuweisungen die Ruhe bewahren und rechtzeitig Hilfe suchen, bevor das Thema für die ganze Familie zur Belastung wird, oder das Kind durch das Einnässen sich sozial zurückzieht.

Ursachen

Die Ursachen können vielfältig sein: oft ist es einfach eine individuelle Reifungsverzögerung – schließlich lernen ja auch nicht alle Kinder zum selben Zeitpunkt Radfahren – manchmal kann aber auch zum Beispiel eine Körperwahrnehmungsstörung dahinterstecken. Manche Kinder leiden auch unter einer Blasenüberaktivität, bei der die Harnblase sich sehr rasch meldet und kontrahiert, sodass die Kinder es nicht mehr rechtzeitig aufs WC schaffen und immer wieder Tröpfchen in der Unterhose sind. Häufig findet sich hier gleichzeitig eine chronische Verstopfung, die manchmal den Eltern gar nicht bewusst ist und nur bei genauem Nachfragen entdeckt werden kann - oft ist Stuhlschmierer das einzige Symptom der Obstipation.

Auch wiederkehrende Harnwegsinfekte können das Trockenwerden schwer machen, genauso wie (seltene) Fehlbildungen im Bereich der Niere/Blase oder der Wirbelsäule. Auch psychologische Faktoren [spielen](#) eine Rolle, meist jedoch dann, wenn das Kind nach einer längeren trockenen Phase wieder beginnt Harn zu verlieren.

Therapie

Die Therapieansätze sind so mannigfaltig wie die Ursachen und müssen individuell für das jeweilige Kind sein. Falls es Unsicherheiten zum Trockenwerden gibt, ist es wichtig, diese in der Familie zu besprechen, sich in Eltern-Kind-Gruppen auszutauschen (ev. andere betroffene Familien kennenzulernen) oder beim Kinderarzt/Urologen Informationen einzuholen. Mit

entsprechender Aufklärung über ihre Wirkung und Sinnhaftigkeit wird eine eventuelle medikamentöse Therapie auch ihren „Schrecken“ verlieren, vielleicht sind aber auch Ergotherapie oder eine Austestung auf Teilleistungsstörungen für das Kind sinnvoller - Oft reicht aber ein Gespräch, um dem Kind und den Eltern die Spannungen und Ängste zu nehmen und damit einen positiven, trockeneren Weg einzuschlagen.

Dr. Romana Altenhuber

Fachärztin für Urologie, Schwerpunkt Kinderurologie und Urologie der Frau
Mitglied im wissenschaftlichen Beirat von Club Mondkind

[« zurück zur Übersicht](#)

[weiterempfehlen »](#)

