

Bettträssen: Club Mondkind bietet Hilfe für Betroffene

# Keine Angst vor nassen Betten

Bettträssen ist leider noch immer ein Tabuthema, über das man nicht gerne spricht. Der Verein »Club Mondkind – trockene Nächte, glückliche Kinder« unter neuer Führung von Elisabeth Leeb bietet als Anlaufstelle wertvolle Unterstützung für alle betroffenen Kinder und deren Eltern an.



Die gute Nachricht: Bettträssen ist eine Entwicklungsverzögerung der Hirn-Blasen-Steuerung, die behandelt werden kann. In Österreich sind rund 60.000 Kinder Bettträsser – das sind ca. 15 % aller 5-Jährigen und 5 % aller 10-Jährigen. Enuresis nocturna wird bei Kindern über fünf Jahren diagnostiziert, die tagsüber bereits trocken sind, nachts aber mindestens zweimal pro Monat ins Bett machen.

## Bettträssern fehlt oft ein Hormon

Laut WHO ist Bettträssen eine behandlungswürdige Krankheit. Seelische Störungen sind meist nicht die Ursache, sondern die Folge. Der wahre »Schuldige« ist bei sieben von zehn Betroffenen ein Hormonmangel – das antidiuretische Hormon wird nicht ausreichend gebildet. Beim gesunden Kind bewirkt es, dass sich nachts weniger Harn ansammelt als tagsüber. Kinder, deren Körper noch zu wenig von dem Botenstoff bildet, können die große Harnmenge im Schlaf nicht halten – das Bett ist nass. Wenn ein Elternteil Bettträsser war, beträgt die genetisch bedingte Wahrscheinlichkeit etwa 45 %, dass auch das Kind unter der Krankheit leidet. Falls beide Eltern betroffen waren, beträgt die Wahrscheinlichkeit sogar bis zu 75 %.

## Bettträssen rasch behandeln!

Bettträssen ist eine Krankheit, die behandelt werden muss – ein wichtiger Schritt in Richtung »Aufklärung und Behandlung« statt »Tabuisierung und Ignoranz«. Leider wird nicht einmal ein Drittel der betroffenen Kinder behandelt, bedauert ELISABETH LEEB, die neue Obfrau vom Club Mondkind. Die Krankheit zu verschweigen, macht das Problem noch größer. Bettträssen lastet schwer am Selbstbewusstsein der Kleinen. »Das Kind schämt sich, wird oft von Gleichaltrigen verspottet und traut

sich nicht mehr, bei anderen zu übernachten. Dabei werden gerade im Vorschulalter wichtige Entwicklungsschritte in Richtung Selbstständigkeit vollzogen,“ erklärt ELISABETH LEEB. Mögliche Störungen bei unbehandeltem Bettträssen sind leider oft dramatisch: Vom sozialen Rückzug des Kindes bis hin zu schweren Entwicklungsdefiziten und Persönlichkeitsstörungen. Das Um und Auf einer erfolgreichen Enuresis-Behandlung sind daher Informationsgespräche zwischen Arzt und Familie. Jenen Kindern, die an einem Hormonmangel leiden, kann mit medikamentöser Behandlung sehr gut geholfen werden. Medikamente gibt es in Form von kindgerechten, rasch löslichen Tabletten.

## Bettträssen ist kein Tabu

Das Trockenwerden ist ein wichtiges Thema in unserer Gesellschaft, ein Zeichen, dass sich das Kind normal entwickelt. Macht das Kind mit fünf Jahren noch immer ins Bett, haben die Eltern das Gefühl, in der Erziehung versagt zu haben. Hier liegt eindeutig ein Informationsmangel vor. OA DR. ELISABETH FRIGO, Leiterin der kinderurologischen Spezial-



## Präventionsgedanke

Schnelle, effektive Hilfe: Club Mondkind zeigt Bettträssern den kürzesten Weg zum Spezialisten und verhilft damit zu einer raschen und wirksamen Behandlung. Denn: Je kürzer das Kind leidet, desto besser!

ambulanz der kinderchirurgischen Abteilung SMZ-Ost Donauespital Wien: »Entgegen früherer Annahmen weiß man heute, dass Bettträssen in der überwiegenden Mehrzahl der Fälle nicht Folge einer psychischen Störung ist, sondern die Folge einer multifaktoriellen Verzögerung des Reifungsprozesses der Blasenfunktion, des circadianen Rhythmus des antidiuretischen Hormons (ADH) und des Schlaf-/Aufwachmechanismus.« DR. MARTINA ESBERGER, Leiterin der Aktion »Zufriedener Patient« plädiert für Aufklärung: »Kinder müssen sicher sein, dass ihre Krankheit keine Schande ist, Eltern müssen überzeugt werden, dass Enuresis heilbar ist.«

## Hilfe für Betroffene

Der Verein »Club Mondkind – trockene Nächte, glückliche Kinder« bietet als Drehscheibe zwischen Patienten und Ärzten wertvolle Unterstützung für alle betroffenen Kinder und deren Eltern an. ELISABETH LEEB ist seit 1. März neue Obfrau. »Am wichtigsten ist es, sofort etwas zu tun – nicht abzuwarten, bis das Bettträssen

Krankheit und über die spezialisierten Ärzte und Ambulanzen in ihrer Umgebung informiert. Es ist uns ein wichtiges Anliegen, die Eltern und Kinder dort abzuholen, wo sie mit ihren Bedürfnissen stehen. Die psy-



Elisabeth Leeb  
Obfrau vom Club Mondkind

chologische Betreuung ist ein weiterer wichtiger Faktor, damit Eltern lernen, wie sie mit dem Kind am besten umgehen, z. B. wie man ein kindgerechtes Gespräch über das Bettträssen führt. Diesen Bereich wollen wir weiter ausbauen. Um viel bewegen zu können, suchen wir immer wieder neue Partner.«

Club Mondkind sponsert mehrere Freiplätze im Enuresis-Camp der österreichischen Jugend & Familiengästehäuser. In entspannter Atmosphäre lernen die Kinder, gemeinsam mit ihrem Problem umzugehen. Nicht die Therapie, sondern Spaß und das konfliktfreie Miteinander stehen dabei im Mittelpunkt.

## Praktische Tipps zum Therapie-Erfolg

- Vermitteln Sie Ihrem Kind täglich, dass Sie das Bettträssen mit Sicherheit gemeinsam in den Griff bekommen werden.
- Nach 18 Uhr soll Ihr Kind nur mehr wenig (vor allem keine koffeinhaltigen Getränke wie Tee oder Coca Cola) trinken!
- Wenn Ihr Kind über 5 Jahre alt ist und nachts noch ins Bett macht, gehen Sie mit ihm zum Arzt.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass es nicht allein mit dem Bettträssen dasteht und vergleichen Sie es niemals mit anderen.
- Schimpfen und bestrafen Sie Ihr Kind nicht, wenn das Bettzeug wieder nass ist. Keiner hat Schuld!
- Achten Sie auf die regelmäßige Einnahme der Medikamente am Abend. Loben und motivieren Sie Ihr Kind!
- Gehen Sie mit Ihrem Kind vor dem Schlafengehen noch einmal aufs Klo!

von selber aufhört. Das tut es nämlich in den meisten Fällen nicht. Und dann ist die Gefahr gegeben, dass sich Spätfolgen psychosozialer Natur entwickeln,“ betont die neue Obfrau. Der Club Mondkind kann erste Anlaufstelle sein. »Wir bieten kostenlosen Rat für Betroffene an. Eltern werden über die

Information und Kontakt  
ELISABETH LEEB  
www.clubmondkind.at  
info@clubmondkind.at  
(0699) 10 999 000  
Postfach 5, 1109 Wien