

## 48 | GESUNDHEIT

KLEINE ZEITUNG  
SAMSTAG, 13. SEPTEMBER 2008

## WISSENSWERT

**Club Mondkind** ist die österreichweite Anlaufstelle für Betroffene:  
Tel. (0 66 4) 60 90 81 00  
[www.clubmondkind.at](http://www.clubmondkind.at)  
**Ambulanz für Bettlässer.**  
LKH Leoben, Tel. (0 38 42) 40 12 342.  
**Urodynamik-Ambulanz.**  
Uniklinik Graz,  
Tel. (0 31 6) 385 36 78.

Superman. Ist die Ursache fürs Einnässen gefunden, steht heldenhaften Nächten nichts mehr im Weg  
CORBIS



# Wir sind echte Helden

Viele Betroffene, viel Scham, wenig Aufklärung: Bettlässer wird noch immer totgeschwiegen. Grundlos.

SABRINA LUTTENBERGER

**M**amaa!“ Wenn der fünfjährige Lukas seine Eltern nachts mit einem lauten Schrei weckt, ist dem Kleinen womöglich wieder ein Missgeschick passiert. Er steht beschämt neben seinem Kinderbett und zeigt wortlos auf das feuchte Laken.

Rund 60.000 Bettlässer gibt es in Österreich. Das sind Kinder, die nach ihrem fünften Geburtstag an mindestens zwei Nächten pro Monat unabsichtlich Harn lassen. Noch immer ist das nächst-

## BUCHTIPP

## Mit vereinten Kräften

Ratgeber für Eltern, Erzieher und Therapeuten. Der Autor zeigt Ihnen, wie Sie Probleme zusammen mit Ihren Kindern in 15 einfachen, teils spielerischen Schritten lösen können. Im Anschluss an sein Programm nennt er praktische Beispiele aus aller Welt und gibt Lösungsvorschläge. Durch wenige Modifikationen können seine Ansätze nicht nur bei Kleinkindern, sondern auch bei Teenagern angewendet werden.



Ben Furman  
**„Ich schaffs!“**  
Spielerisch und praktische Lösungen rufen Kinder an!  
Das 15 Schritte-Programm für Eltern, Erzieher und Therapeuten

„Ich schaffs!“, Ben Furman,  
Carl-Auer, 20,60 Euro.

Zählt als: 5 Ausschnitte, erschienen in:  
Bezirk Weiz, Ennstal, Feldkirchen, Graz, Hartberg, Klagenfurt, Lavanttal, Leoben, Murtal, Mürztal, Oberkärnten, Osttirol, St. Veit, Süd & Südweststeiermark, Südoststeiermark, Villach, Völkermarkt, Weststeiermark

KLEINE ZEITUNG  
SAMSTAG, 13. SEPTEMBER 2008

liche Einnässen ein Tabuthema für viele betroffene Familien.

**Die Diagnose.** „Bettnässer leiden meistens an keinem psychosozialen Manko! Auch wenn das oft so dargestellt wird“, erklärt Wilhelm Kaulfersch, Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde am LKH Klagenfurt. Hüllen Sie sich also bitte nicht in Schweigen, sondern suchen Sie einen Kinderfacharzt auf! Durch gemeinsame Gespräche und eine klinische Untersuchung, die seltene Erkrankungen sowie Organschäden ausschließen soll, erstellt dieser eine lückenlose Krankengeschichte des Kindes. Zudem wird ein so genannter Miktionskalender angelegt, der Trinkverhalten und Toilettengänge des Kindes exakt festhält. **Die Ursache.** „Bei 80 Prozent der kleinen Patienten ist das Bettnässen auf eine zu kleine Blase mit zu geringer Kapazität und/oder auf ein fehlendes Hormon zurückzuführen“, sagt der Spezialist. Dieses antidiuretische Hormon (ADH) ist dafür zuständig, dass nachts nur halb so viel Harn gebildet wird wie tagsüber. Produziert der Körper zu wenig ADH, können Kinder den Harnfluss in der Nacht nicht kontrollieren, selbst wenn die Blase groß genug ist. Organische Abnormitäten, gestörte Nervenbahnen oder eine zu enge Harnröhre sowie psychologische Auslöser findet man nur vereinzelt. Stress

und familiäre Belastungen können aber zu neuerlichem Einnässen unter Tags führen.

**Die Alarmtherapie.** Bei einer zu kleinen Blase hilft die Alarmtherapie. Ein Weckapparat – eine Klingelhose oder eine Klingelmatratze mit Feuchtigkeitssensoren – läutet, wenn ungewollt Harn abgegeben wird. Die Dauer dieser Therapie beträgt drei bis fünf Monate. „Die Erfolgsrate beträgt 70 bis 80 Prozent und die Rückfallsrate ist gering.“ Wichtig: die genaue Einschulung.

**Die Hormontherapie.** Sollte hingegen die ADH-Produktion gestört sein, wird dem Kind ein künstliches Hormon etwa drei Monate lang als Tablette verabreicht. Treten nach einer Woche keine Verbesserungen ein, wird die Dosis erhöht. Achtzugeben ist auf eventuelle Nebenwirkungen.

„Wenn die Dosis stärker wirkt als angenommen, oder die Kinder vor dem Schlafengehen sehr viel trinken, besteht die Möglichkeit einer Wasservergiftung. Im Zuge derer kann es zur Hirnschwellung und Krampfanfällen kommen“, warnt Kaulfersch. Werden die ärztlichen Ratschläge eingehalten, bestehe aber so gut wie kein Risiko.

**Nur Mut!** Schwer ist nur der erste Schritt. Belohnt werden Eltern und Kinder allemal: Mit durchgeschlafenen Nächten, leeren Waschmaschinen und Kindern, die sich wie Superhelden fühlen.