

Foto: s/27, Club Mondkind



ENURESIS NOCTURNA

Bettnässen

Rund 60.000 Kinder leiden in Österreich unter dem Problem Bettnässen, das sind etwa 3 pro Volksschulklasse.

Rund 15 Prozent aller 5-Jährigen und 5 Prozent aller 10-Jährigen leiden unter diesem Problem. Bettnässen (med. Enuresis nocturna) ist für Kinder und Eltern eine tägliche körperliche und seelische Belastung und dennoch für sehr viele Familien ein Thema, über das man nicht spricht. Doch Abwarten, Schweigen oder Experimentieren machen das Problem nur noch schlimmer.

Tatsache ist: Nicht einmal ein Drittel aller betroffenen Kinder wird adäquat therapiert – obwohl ausgezeichnete und rasche Hilfe möglich ist.

Die Behandlungsmethoden sind vielfältig und werden nach medizinischer Abklärung individuell nach Alter und Symptomatik sowie vor allem ursachenorientiert vom Arzt entschieden.

Beispiele

Beider Verhaltenstherapie steht positive Motivation im Vordergrund. Die Alarmtherapie (Sensor in der Unterhose) kommt zum Einsatz, wenn die Ursache an einem zu geringen Fassungsvermögen der Blase und bei verminderter Aufwachfähigkeit liegt. Dauer zirka 2 bis 6 Monate. Möglich wäre

Einrässen ist ein lösbares Problem!

auch eine Biofeedback-Behandlung oder eine medikamentöse Therapie. Auch die Laserakupunktur stellt eine schmerzfreie Behandlungsmaßnahme dar. Im Endeffekt ist es wichtig, die verschiedenen Möglichkeiten mit all ihren Vor- und Nachteilen mit dem behandelnden Arzt zu besprechen. Oft ist eine Kombinationstherapie aus Medikamenten und Verhaltenstherapie sinnvoll und notwendig. Berücksichtigt werden muss auch, dass pro Jahr etwa 15 Prozent der Kinder spontan trocken werden. Positive Motivation und entsprechende Belohnungen (für die Einhaltung der Therapieempfehlungen) sind dabei ganz wesentlich für den Erfolg. Man muss dem Kind auch täglich positiv vermitteln, dass man das Bettnässen mit Sicherheit gemeinsam in den Griff bekommen wird. Nach 18 Uhr sollte das Kind nur mehr wenig (vor allem keine koffeinhaltigen Getränke wie

Tee oder Cola) trinken. Vor dem Schlafengehen mit dem Kind noch einmal aufs Klo gehen. Man darf das Kind weder schimpfen noch bestrafen, wenn das Bettzeug wieder nass ist. Keiner hat Schuld.

Club Mondkind

Club Mondkind ist als gemeinnütziger Verein die Anlaufstelle für Familien mit bettnässenden Kindern. Eltern erfahren hier den kürzesten Weg zum Spezialisten und somit rasche Hilfe und werden umfassend über das – lösbare Problem – Bettnässen informiert. Das kostenlose Infopaket enthält eine österreichweite Liste mit spezialisierten Ärzten und Enuresis-Ambulanzen, ein Blasentagebuch inklusive Erklärung und Infos über Ursache und Behandlung sowie Tipps für den Umgang mit der Krankheit. Informationen unter: www.clubmondkind.at

