



Viele Kinder ziehen sich aus Scham zurück und vereinsamen

Schluss mit **Scham** und **Stress!**

Sie schämen sich. Sie haben Schuldgefühle. Sie werden von den Eltern unter Umständen geschimpft: Die Rede ist von jenen Kindern, die unter Enuresis nocturna leiden – auf Deutsch: nächtlichem Bett nässen. 60.000 Kinder über 5 Jahren sind in Österreich davon betroffen. Mit ihnen leiden Eltern, Geschwister, die ganze Familie. Die Scham und das Verbergenwollen werden für alle zum Stress. Doch Ver-

schweigen macht die Situation nicht besser. Im Gegenteil. „Bett nässen lastet schwer auf den Kleinen und untergräbt ihr Selbstbewusstsein“, berichtet Elisabeth Leeb, Obfrau der Selbsthilfegruppe Club Mondkind. „Das Kind wird oft von Gleichaltrigen verspottet. In der Folge meidet es Kontakte und zieht sich zurück. Daraus resultierende Persönlichkeitsstörungen sind keine Seltenheit.“

Bett nässen ist kein Fehlverhalten, sondern eine Störung

Das alles müsste nicht sein. Denn Bett nässen ist ein Problem, das in den meisten Fällen ausgezeichnet behandelt werden kann. Welche Behandlung in Frage kommt, richtet sich nach der Ursache. Von Bett nässen spricht man grundsätzlich

erst dann, wenn ein Kind ab dem vollendeten 5. Lebensjahr nachts noch regelmäßig einnässt. Bei jüngeren Kindern ist nächtliches Einnässen normal. Doch mit dem Ende des 5. Lebensjahres sollte die Blasenkontrolle voll ausgereift sein.



Foto: Waldhäusel

Bei Enuresis kommt es beim schlafenden Kind zu einer übermäßigen Harnproduktion

Tritt Bettnässen später auf, unterscheidet man zwischen primärer und sekundärer Enuresis. Primäre Enuresis ist die wesentlich häufigere Form (75 % aller Bettnässer leiden daran). Sie liegt dann vor, wenn das Kind noch nie dauerhaft trocken war. Von sekundärer Enuresis spricht man, wenn ein Kind, das bereits 6 Monate durchgehend trocken war, wieder einnässt. Während der sekundären Form sehr oft psychische Ursachen zugrunde liegen (plötzlicher Tod eines Elternteils, Scheidung der Eltern, traumatische Erlebnisse wie Missbrauch etc.), ist die primäre Enuresis fast immer auf eine körperliche Ursache zurückzuführen. Es handelt sich dabei um einen durch Entwicklungsverzögerung bedingten Mangel an antidiuretischem Hormon (ADH). Dieses Hormon sorgt bei gesunden Kindern dafür, dass sich nachts weniger Harn ansammelt als tagsüber. Ein Kind, dessen Körper noch zu wenig von diesem Botenstoff bildet, kann daher die große Harnmenge im Schlaf nicht halten. Das Bett wird nass. Seit mehreren Jahrzehnten stehen Medikamente in verschiedenen Verabreichungsformen zur Verfügung, die das fehlende ADH erset-

zen. Sie enthalten den Wirkstoff Desmopressin und werden eingesetzt, wenn das betroffene Kind 5 Jahre oder älter ist und mindestens zweimal im Monat einnässt.

Medikamente bringen rasch Hilfe

Desmopressin wirkt meist sehr rasch und weist bei richtiger Anwendung eine hohe Erfolgsrate auf. Nach einer europaweiten Entscheidung der Gesundheitsbehörden wurde jetzt die Verabreichung von

Desmopressin als Nasenspray untersagt, es stehen aber moderne orale Anwendungsformen zur Verfügung. Als erste Alternative zum Nasenspray empfiehlt Univ.-Prof. Dr. Christian Radmayr von der Abteilung für Kinderurologie, Univ.-Klinik Innsbruck, die Schmelztablette: „Diese wird einfach unter die Zunge gelegt, wo sie sich in Sekundenschnelle auflöst. Die Kinder müssen nichts dazutrinken.“ Auch wenn Kinder unter einer medikamentösen Behandlung bereits in der ersten Nacht

trocken sind, ist eine Therapie-dauer von mindestens 3 Monaten notwendig, um dem Organismus Nachreifung und ausreichende ADH-Produktion zu ermöglichen“.

Hilfe gibt es, doch nehmen viele Familien sie nicht in Anspruch, weil sie zu wenig informiert sind. Der Club Mondkind (www.clubmondkind.at) bietet als Anlaufstelle für betroffene Familien Unterstützung und Informationen. Für den Therapieerfolg ist aber auch das richtige Verhalten wichtig.

Hier einige Tipps

- Schimpfen und bestrafen Sie Ihr Kind niemals, wenn das Bett nass ist!
- Nach 18 Uhr keine Getränke.
- Vor dem Schlafengehen noch ein WC-Besuch.
- Erklären Sie Ihrem Kind, dass Sie das Problem gemeinsam lösen werden.

In manchen Fällen ist es auch ratsam, begleitend einen Psychologen aufzusuchen, um die seelischen Folgen des Bettnässens für das Kind in den Griff zu bekommen.

Hannelore Mezei



Foto: Club Mondkind

Der Club Mondkind vermittelt sogar Ferien für betroffene Kinder