



**Liebe Eltern,**

man hat bei Ihrem Kind die Diagnose „Enuresis“ gestellt und für diese Form des Bettnässens eine Therapie mit einem Bettnässeralarmgerät empfohlen. Die Erfolgsquote bei der richtigen Anwendung liegt lt. Literatur zwischen 70 und 90%.

Das Prinzip beruht auf dem Gedanken, dass das Kind geweckt wird, sobald die ersten Tropfen in der Hose angekommen sind. Durch das Erwachen wird der Urinfluss gestoppt und das Kind kann die Toilette aufsuchen. Das Wecken erfolgt also zum Zeitpunkt des Harndrangs bzw. des Einnässens. Langfristig soll dadurch ein Lernprozess in Gang gesetzt werden, der Ihrem Kind ermöglicht trocken durchzuschlafen oder wach zu werden bevor es zum Einnässen kommt.

#### Vorbereitung:

Ein Familienmitglied sollte anfangs bei der Therapie mithelfen. Es gehört zum Problem dieser Diagnose, dass die Kinder extrem schwer zu wecken sind. Also ist es völlig normal, dass Ihr Kind anfangs trotz Klingeln nicht wach wird und deshalb braucht es Ihre Unterstützung.

Stellen Sie sich als „Helfer“ darauf ein, dass Sie Ihr Kind 4-6 Wochen unterstützen müssen. Vor dem zu Bett gehen soll Ihr Kind nochmals die Toilette aufsuchen. Es soll mit dem Wissen zu Bett gehen: „Meine Blase ist leer!“

Helfen Sie Ihrem Kind anfangs die „Klingelhose“ richtig anzuziehen. Üben Sie das nächtliche Wecken in den ersten Tagen, sodass sich die Familie auf die Situation einstellen kann.

## Wecken:

Klingelt das Alarmgerät, muss Ihr Kind so aufgeweckt werden, dass es alleine in der Lage ist:

- den Alarm abzustellen
- zur Toilette zu gehen (auch wenn das Bett nass ist)
- sich am nächsten Tag an das Klingeln erinnert

Hilfreich zur Überprüfung ist dabei das Vereinbaren von „**Codewörtern**“  
Vor jeder Nacht denken sich das Kind und der Helfer ein neues Codewort aus (z.B.: Elefantenbaby usw.), dieses Codewort soll dann nachts beim Aufwecken und morgens nach dem Aufstehen vom Helfer abgefragt werden.

Loben Sie Ihr Kind für alle Handlungen, die es selbständig durchführt.  
Erwarten Sie keinen Erfolg vor Ablauf der 4-6 Wochen.

Ermutigen Sie Ihr Kind einen Wochenkalender zu führen (Trockene Nacht – Sonne aufmalen; Nasse Nacht – Wolke oder nichts malen).

Führen auch Sie als Helfer Aufzeichnungen und dokumentieren Sie:

- Zeitpunkt des Einnässens
- erfolgreiches Wecken
- Veränderungen
- selbständiges Wachwerden

Verwenden Sie das Alarmgerät weiter, bis Sie mindestens 4 Wochen trockene Nächte dokumentiert haben.

## Eventuelle Schwierigkeiten:

Zeigt sich auch nach 4 Wochen kein Erfolg – kontaktieren Sie uns bitte.  
Klingelt das Alarmgerät in den ersten Nächten mehrmals, schalten Sie das Gerät nach dem ersten Einnässen ab. Es würde Ihr Kind überfordern, mehrmals pro Nacht geweckt zu werden.

Nässt Ihr Kind länger als 14 Nächte mehrmals ein, melden Sie sich bitte, damit wir das weitere Vorgehen besprechen können (oft ist auch eine Kombination mit einem Medikament notwendig).

Manchmal kommt es nach ca. 6 Monaten zu einem Rückfall. Verwenden Sie wieder das Alarmgerät, meist ist das Problem nach einigen Nächten wieder behoben.

Sieglinde Gratzl  
Kinder-Urotherapeutin  
Abteilung für Kinderurologie  
KH der Barmherzigen Schwestern  
Tel: 0732/7677-4659  
[sieglinde.gratzl@bhs.at](mailto:sieglinde.gratzl@bhs.at)