

Tipps vom Doc

Entspannt bleiben, wenn das Kind ins Bett nässt

Beim Thema Bettnässen sind Eltern häufig davon überrascht, ab welchem Zeitpunkt man erst davon spricht. Die gute Nachricht gleich vorweg, sollte es beim Kind länger dauern: Häufig braucht es nur Geduld bis sich das Thema von selbst erledigt.

Bettnässen – das meint den unwillkürlichen Urinabgang während des Schlafs. Viele Eltern reagieren überrascht, wenn sie erfahren, dass ein Kind bis zu seinem fünften Geburtstag Zeit hat, um nachts trocken zu werden. Natürlich schaffen es viele Kinder schon eher, aber vor dem fünften Geburtstag spricht man nicht vom Bettnässen.

Aber auch bei Kindern ab fünf Jahren ist Bettnässen keine Seltenheit. Etwa 20 Prozent aller Kinder sind dann nachts noch nicht stabil trocken. Aber wenn das Kind tagsüber stabil trocken und sauber ist, muss man sich aus medizinischer Sicht überhaupt keine Gedanken machen und es braucht auch keine besondere Diagnostik.

Es handelt sich im Prinzip um eine Reifungsstörung, die ganz oft auch familiär gehäuft vorkommt. Bei genauer Nachfrage gibt es fast immer einen Verwandten, der auch sehr spät trocken wurde. Insgesamt betrachtet, ist

Bettnässen übrigens überwiegend bei Jungs ein Thema.

Wenn sonst alles okay ist, kommt es ab dem fünften Geburtstag bei der primären „Enuresis nocturna“ – so der Fachbegriff für das Bettnässen – darauf an, wie groß der Leidensdruck des Kindes und der Familie ist. Wir in der Praxis tendieren dazu, wenn das Kind zwischen fünf und sechs ist, einfach zu warten. Das Kind sollte dann eine Windel anziehen und ganz oft wird es von alleine besser und das Thema verschwindet.

Wenn Leidensdruck aufkommt, gibt es zwei Therapiemöglichkeiten. Die eine ist die sogenannte Klingelhose. Die andere ist eine Hormontablette, die das Kind abends einnimmt und die den Wasserhaushalt so reguliert, dass das Kind weniger Urin produziert und dadurch eher trocken wird.

Insgesamt ist die Besserungstendenz über Jahre sehr gut. Bei den Jugendlichen ist der Anteil weit unter 1 Prozent, der noch nicht trocken geworden ist. In diesem Alter braucht es manchmal noch eine zusätzliche psychologische Therapie. Mein alter Chefarzt, Professor Burkhard, hat immer gesagt: Das Wichtigste ist, dass alle entspannt bleiben. Denn jeder wird eines Tages trocken.