

20. Juni 2018

Bettnässen: Wenn Kinder ihre Blase noch nicht richtig kontrollieren können

Anmoderation:

Kinder lernen erst nach und nach, auf Windeln zu verzichten, das Töpfchen zu nutzen und so ihre Blase zu kontrollieren. Allerdings sind Kinder da ganz individuell. Bei dem einen klappt das schneller und bei dem einen langsamer. Daher kann es dazu kommen, dass ein Kind einnässt – vor allem nachts. Welche Gründe es für das Bettnässen gibt und wie man Kinder unterstützen kann, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Thomas Ebel informiert, Er ist Arzt im AOK-Bundesverband.

Länge: 1:50 min

Thomas Ebel:

Von Bettnässen spricht man, wenn Kinder, die älter als fünf Jahre sind und über mindestens drei Monate, mehr als einmal in der Woche ihre Blase noch nicht richtig kontrollieren können und – meist nächtlich – einnässen. Man muss dabei unterscheiden, ob die Kinder im Grunde nur etwas mehr Zeit brauchen, um zu lernen die Blase zu kontrollieren – dann handelt es sich um die primäre Form, oder ob sie bereits trocken waren und nach längerer Zeit wieder anfangen einzunässen – das wäre dann die sekundäre Form.

Text: erklärt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Grund für die primäre Form kann sein, dass die Kinder in der Reifung verzögert sind.

Thomas Ebel:

Das scheint familiär gehäuft aufzutreten. Es kann aber immer auch eine organisch bedingte Ursache oder zum Beispiel eine Harnwegsinfektion vorliegen, deswegen ist der Gang zu einem Kinderarzt für ein klärendes Gespräch und eventuell daraus folgenden Untersuchungen, den Eltern zu empfehlen. Bei der

sekundären Form sind es psychologische Ursachen wie Stress oder Kummer, Trennungserlebnisse oder Streitigkeiten, die die Kinder mitbekommen haben.

Text: Bei einer Infektion ist ärztliche Hilfe gefragt. In den vielen anderen Fällen ist es oft nur eine Frage der Zeit. Auf jeden Fall rät Ebel dazu, nicht mit den Kindern zu schimpfen, denn das verschlimmert das Problem meist. In der Regel sind die Kinder ohnehin beschämt. Besser ist es, ihnen unterstützend zur Seite zu stehen.

Thomas Ebel:

Beispielsweise kann man dem nächtlichen Einnässen vorbeugen, indem man mit dem Kind vor dem Zubettgehen noch mal auf Toilette geht. Außerdem sollte die Trinkmenge über den Tag verteilt werden, so dass am Abend nicht noch ein großer Durst zu einer großen Trinkmenge führt. Es kann dann manchmal sinnvoll sein, ein sogenanntes Blasenprotokoll anzulegen, damit man sehen kann, wann und wie viel das Kind über den Tag verteilt trinkt und wann es zur Toilette geht und wann und wie viel es einnässt.

Text: Zeigen diese Versuche keinen Erfolg und sind sich Eltern sehr unsicher, ist der Kinderarzt der richtige Ansprechpartner. Mit ihm können sie dann weitere Therapiewege besprechen.