

## INFORMATION FÜR ELTERN ZUM THEMA

### Einnässen im Kindes- und Jugendalter

#### Liebe Eltern,

Ihr Kind ist in der Nacht und vielleicht auch am Tag noch nicht trocken.

Sie machen sich Sorgen und überlegen, wie Sie Ihrem Kind helfen können und natürlich fragen Sie nach der Ursache des Einnässens.

Liegt eine körperliche Erkrankung vor - hat Ihr Kind psychische Probleme - haben Sie als Eltern versagt - oder ist Ihr Kind nur faul...??



Vor Beginn des 6. Lebensjahres machen wir uns aus medizinischer Sicht in der Regel keine Sorgen um einnässende Kinder, weil wir wissen, dass die Reifung der Blase kompliziert ist und über dieses Alters hinaus andauern kann.

Haben die Kinder die Schulreife erreicht, empfehlen wir, der Ursache des Einnässens auf den Grund zu gehen.

Die „**FUNKTIONELLE HARNINKONTINENZ**“ stellt die häufigste Ursache für das Einnässen dar. Diese möchten wir Ihnen hier genauer vorstellen:

#### 1. **Isoliertes nächtliches Einnässen: „Monosymptomatische Enuresis nocturna = (MEN)“**

Es gibt drei Kennzeichen für diese Einnässform:

- Alle Kinder sind in der Nacht schwer erweckbar.
- Es gibt meist mindestens ein Familienmitglied, das auch über das 5. Lebensjahr hinaus nachts eingenässt hat.
- Die Blase funktioniert tagsüber "völlig normal", das heißt die Kinder haben keine Probleme, die Blase zu kontrollieren; sie haben keine feuchten oder nassen Unterhosen; sie leiden nicht unter überfallsartigem Harndrang und das Fassungsvermögen ihrer Blase ist altersgerecht.

#### 2. **Isoliertes Einnässen tagsüber: „Blasendysfunktion“**

##### 2.1. **Überaktive Blase / Dranginkontinenz**

Hierbei ist ein plötzlicher, überfallsartiger Harndrang typisch, es werden ungewöhnlich häufige Toilettengänge beobachtet, es fallen kleine Harnportionen und eine oftmals mangelnde Wahrnehmung für den Harndrang und für das Einnässen tagsüber auf.

##### 2.2. **Dyskoordinierte Miktion**

Bei dieser Störung arbeiten Blasen- und Beckenbodenmuskulatur nicht richtig zusammen.

Die Kinder entleeren ihre Blase in Portionen, es treten vermehrt Probleme mit Blasen/Niereninfektionen auf.

### 2.3. Miktionsaufschub

Die Kinder nehmen den Harndrang zunächst normal wahr. Sie verschieben den Toilettengang, wobei es häufig zum Einnässen kommt. Typische Situationen, in denen es dazu kommt sind beim Spiel, bei Ablenkung, beim Fernsehen oder lesen.

Im Gegensatz zur Dranginkontinenz ist die Häufigkeit des Wasserlassens normal bis verringert. Die Symptome der Dranginkontinenz werden häufig mit den Zeichen des Miktionsaufschubs verwechselt.

2.4. **Mischformen** dieser Einnässformen kommen häufig vor.

### 3. Funktionelle Harninkontinenz nachts mit Tagessymptomen:

#### „Nicht-monosymptomatische Enuresis nocturna (Non-MEN)“

Hier kombiniert sich das nächtliche Einnässen mit den unter 2. beschriebenen Formen der „Blasendysfunktion“.

- Auch hier sind die Kinder nachts möglicherweise auffallend schwer erweckbar.
- Es kommt zum Verlust einer kleinen oder auch größeren Portion Urin am Tag, in der Nacht oder tags und nachts.
- Als Begleiterscheinungen können Blasen-/ Niereninfektionen und Probleme bei der Kontrolle der Darmentleerung eine Rolle spielen.

### Therapie:

Entsprechend der vielfältigen Ursachen für ein Einnässen ist auch das Therapieangebot sehr individuell.

Zunächst müssen Begleiterscheinungen wie Blasen-/Niereninfektionen und Probleme bei der Kontrolle der Darmentleerung, wie Verstopfung und Stuhlschmierer, behandelt werden.

Die verschiedenen Therapieangebote bei Einnässproblemen können neben einer ausführlichen Beratung folgende sein:

#### Bei isoliertem nächtlichen Einnässen:

- Therapie mit einem Weckapparat (Klingelhose) inklusive Verhaltensempfehlungen,
- medikamentöse Therapie.

#### Bei „Isoliertem Einnässen tagsüber“ oder „Funktioneller Harninkontinenz nachts mit Tagessymptomen“:

- Blasenschulung für:

1. Eltern
2. Kind
3. Kind und Eltern,

Die Schulungen finden einzeln oder in Gruppen statt.

Das Prinzip der Blasenschulung basiert auf einer fundierten Wissensvermittlung über das Störungsbild der Harninkontinenz im Unterschied zur normalen, störungsfreien Blasenfunktion.

Verhaltensänderungen werden erarbeitet und vereinbart. Die Körper- und Selbstwahrnehmung der Kinder wird geschult mit dem Ziel einer bewussten und verbesserten Blasenkontrolle.

- medikamentöse Therapie.

## Wie können wir helfen?

Zwei mal jährlich bieten wir, das Team der Urotherapie in der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin im Klinikum Links der Weser, eine offene und kostenfreie Informationsveranstaltung zum Thema: "Nasse Hosen, nasse Betten, große Sorgen" für Eltern und auch anderweitig Interessierte an.

Termine und weitere Informationen dazu finden Sie unter:  
[www.gesundheitnord.de](http://www.gesundheitnord.de)

Wenn Sie sich gemeinsam mit ihrem Hausarzt zu einer Untersuchung in der Kinderklinik entschließen, können wir Ihnen und Ihrem Kind eine umfassende medizinische Abklärung des Einnässproblems anbieten. Zu diesem Zweck laden wir Sie zu einem tagestationären Aufenthalt ein.

## Kontakt: Kindertagesklinik im Klinikum Links der Weser: Tel. 0421-879-1507

Vorab senden wir Ihnen Unterlagen zu, die Sie möglichst mit Ihrem Kind gemeinsam ausfüllen und an uns zurücksenden.

Ist Ihr Kind im Schulalter treffen Sie auf weitere Familien, die ebenfalls wegen der Abklärung eines Einnässproblems zu uns kommen.

Während Ihres Aufenthaltes findet ein ausführliches Arztgespräch statt und Ihr Kind wird körperlich untersucht. Außerdem wird Ihr Kind unsere Spezialtoilette (Uroflow) benutzen und es werden einige Ultraschalluntersuchungen durchgeführt.

Im Allgemeinen sind diese Untersuchungen nicht schmerzhaft, d.h. es werden nur in seltenen Fällen unangenehme Blutuntersuchungen durchgeführt; bei Bedarf bieten wir eine psychologische Betreuung bzw. Abklärung an.

In der Regel können wir Ihnen am Ende dieses Tages sagen, welches Problem bei Ihrem Kind vorliegt und wie es weiter gehen kann.

Bei einer nicht eindeutigen Zuordnung der Problematik am ersten Untersuchungstag, kann es zu weiterführenden Untersuchungen kommen, um Ihrem Kind letztendlich ein optimales Therapieangebot zukommen lassen zu können.

## Kontakt:

Klinikum Links der Weser  
Klinik für Kinder- und Jugendmedizin  
Urotherapie  
Senator-Weßling Straße 1  
28277 Bremen



Tel: 0421-879-1744

Telefonische Sprechzeiten (außer an Feiertagen):

Montags 9:00–10:00 Uhr; Dienstags 15:00-16:00 Uhr

Donnerstags 8:00-9:00 Uhr

Fax: 0421-879-1537

Email: [urotherapie@klinikum-bremen-ldw.de](mailto:urotherapie@klinikum-bremen-ldw.de)

