

---

# Enuresis (Bettnässen)

---

Dr. med. Sigrid Tapken

---

ArbeitsGemeinschaft BeckenBodenGesundheit e.V.  
[www.ag-bbg.de](http://www.ag-bbg.de)

---

## **Enuresis (Bettnässen)**

Enuresis (Bettnässen): Schon 1550 vor Christus wurde über das nächtliche Einnässen geschrieben.

Bettnässen ist keine Modeerscheinung, sondern eine Erkrankung. Ein ausführliches Gespräch beim Arzt/In, eine Untersuchung mit Ultraschall und ein Trink-/Miktionsprotokoll mit weiteren Zusatzangaben klären dann die Diagnose. Die Ursachen des Bettnässens können sehr verschieden sein und die optimale Therapie kann so gefunden werden. Oft ist eine gezielte Veränderung zum Trinkverhalten und zum Toilettenbesuch der erste Schritt zum Erfolg. Hilfestellungen für Eltern, Familie und Betroffenen stehen inzwischen zur Auswahl und sollten individuell ausgesucht werden.

Fachgebiete mit dem Schwerpunkt Blasenfunktionsstörungen bei Kindern finden sich gehäuft in folgenden Fachgebieten wieder: Urologie, Kinderheilkunde und auch der Fachkollege für Allgemeinmedizin, der Sie dann zum Facharzt überweisen können. Eine interdisziplinäre Zusammenarbeit von Ärzten und Therapeuten, die diese Therapien anbieten, finden Sie auch auf unserer Internetseite [www.ag-bbg.de](http://www.ag-bbg.de).

Ziel: Durch ein gezieltes Therapiekonzept werden die Betroffenen begleitet und die Familie unterstützt.

Reisen, Feste feiern, Übernachtungen und weitere Aktivitäten werden wieder machbar.

### **Hier erste Informationen**

#### **Frage: Was ist das?**

Antwort:

Einnässen im Schlaf, an mind. 2 Nächte im Monat.

Das Kind hat den 5. Geburtstag gefeiert. Enuresis nimmt mit dem Alter ab: <http://www.initiative-trockene-nacht.de/bettnaessen/statistiken.html>

am Tage nässt das Kind nicht ein.

#### **Frage: Welche Formen gibt es?**

Antwort:

Primäre Enuresis: noch nie länger als 6 Monate trocken

Sekundäre Enuresis: das Kind war bereits >6 Monate trocken

Harninkontinenz: jede Form des ungewollten Urinabganges tags und /oder nachts.

#### **Frage: Was ist normal?**

Antwort:

Säuglinge nassen etwa 30x/24h ein

Das Spüren der Harnblase und die willentliche Entleerung ist in 80% der Kinder mit dem 5. Geburtstag entwickelt.

Die nächtliche Urinproduktion wird durch ein Hormon aus der Hypophyse gesteuert und drosselt so die Urinproduktion.

Blasenkapazität Alter +1 X 30 ( Beispiel: 7Jahre+1=8 x 30= 240ml Blasenfassungsvermögen )

Trinkmenge 30-50ml /Kg/KG ( Beispiel: 30ml x 25kgKG= 750-1250ml Trinkmenge )

Trinkverhalten <25% nach 17:00 ( Beispiel: 1000ml Trinkmenge über 24h, davon <250ml nach 17:00)

### **Frage: Welche Ursachen gibt es?**

Antwort:

Veranlagung / familiäre Häufung

Seelische Störungen

Reifungsverzögerung

Vermehrte nächtliche Urinproduktion (ADH-Mangel)

Anatomische Veränderungen im Harntrakt

LINK: [www.initiative-trockene-nacht.de](http://www.initiative-trockene-nacht.de)

#### **Dr. med. Sigrid Tapken**

Fachärztin für Urologie & Urogynäkologie

Beratungsstelle der Deutschen

Kontinenzgesellschaft

Naturheilverfahren - Akupunktur

Andrologie - Sexualberatung

Spez. Mikrobiologische Therapie

Diät- und Ernährungsmedizin

Medikamentöse Tumorthherapie

Basiskompetenz Palliativmedizin

Trierer Str. 70-72

53115 Bonn-Poppelsdorf

Tel.: 0228 / 20 72 -604 / Fax: -690

[kontakt@urologin-tapken.de](mailto:kontakt@urologin-tapken.de)

[www.urologin-tapken.de](http://www.urologin-tapken.de)