



## Bettnässende Kinder nicht schimpfen

Wenn ein Kind ins Bett gemacht hat, sollten Eltern es keinesfalls schimpfen oder bestrafen. Den meisten Kindern ist der Vorfall lästig und peinlich und kaum ein Kind tut dies freiwillig. „Kinder, die einnässen, müssen motiviert und ermutigt werden, dieses Problem zu bewältigen. Eltern sollten dem Kind zu verstehen geben, dass es ihm bestimmt bald gelingen werde, trocken zu werden und, dass sie es bei diesem Prozess unterstützen werden“, rät Prof. Frank Häßler, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (DGKJP) in Berlin. „Strafen oder Beschimpfungen erhöhen den Druck auf das Kind und können sein Selbstbewusstsein beeinträchtigen, wodurch unter Umständen die Problematik verschärft wird.“ Hat sich ein Kind nachts eingenässt, kann es sinnvoll sein, es dabei anzuleiten, Verantwortung zu übernehmen, indem man es daran beteiligt, das verschmutzte Bett abzuziehen oder sich selbst zu reinigen.

In den meisten Fällen handelt es sich beim nächtlichen Einnässen um eine harmlose Reifungsverzögerung. Wurde das Symptom Bettnässen (Enuresis nocturna) früher fast ausschließlich als Ausdruck einer Verhaltensstörung des Kindes gedeutet, weiß man heute, dass diese häufigste Blasenentleerungsstörung bei Kindern, in den allerseltensten Fällen psychische, soziale oder auch urologische Fehlbildungen oder Erkrankungen als Ursachen hat. „Aufgrund des hohen Leidensdrucks, den viele Kinder entwickeln, sollten Eltern dennoch reagieren und das Kind beim Trockenwerden unterstützen. Dabei können einfache Maßnahmen, wie ein Verhaltensplan mit lachenden Gesichtern und Belohnungen für trockene Nächte eingesetzt werden. Helfen diese Maßnahmen nicht oder kommen andere psychische Auffälligkeiten hinzu, sollten die Kinder einem Kinder- und Jugendpsychiater vorgestellt werden“, sagt der Direktor der Klinik für Psychiatrie, Neurologie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter der Universität Rostock.

Auch seelische Belastungen können dazu führen, dass Kinder lange nicht in der Lage sind, den Harndrang wahrzunehmen und zu kontrollieren. „Wenn Kinder, die bereits trocken waren, wieder einnässen, können tiefgreifende Veränderungen in der Umgebung des Kindes, wie eine Trennung der Eltern, der Verlust von Angehörigen oder auch die Geburt eines Geschwisterkindes diesen Entwicklungsrückschritt auslösen“, ergänzt der Experte. Die Behandlung durch einen Kinder- und Jugendpsychiater umfasst dann gegebenenfalls unter anderem Aufklärung, Beobachtungspläne oder eine Verhaltenstherapie mit einem Klingelgerät, welches beim Einnässen ertönt und das Kind weckt, damit es auf Toilette gehen kann. Bewährt hat sich ebenso eine Kontinenz-Schulung, die Kindern dabei hilft, beispielsweise durch eine bessere Körperwahrnehmung die Ausscheidungsstörung zu überwinden. Ratsam ist es grundsätzlich, zuvor organische Ursachen auszuschließen. Die Erfolgsaussichten sind bei gezielter Behandlung sehr gut.

Ausscheidungsstörungen gehören zu den häufigsten Problemen des Kindesalters. So nässen etwa 10% der 7-Jährigen und 1 – 2% der Jugendlichen nachts ein.

Mehr Informationen unter [www.kinderpsychiater-im-netz.de](http://www.kinderpsychiater-im-netz.de)

### **Experte der Meldung:**

Prof. Dr. med. Frank Häßler

Klinik für Psychiatrie, Neurologie,

Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter der Universität Rostock

Tel.: +49-381-494 4600