

Bettnässen – was tun?

Es ist nach wie vor ein Tabuthema: Kinder, die in der Nacht ins Bett machen.

Der «Brückenbauer» gibt Tipps für Ratsuchende und Betroffene.

Jetzt hast du schon wieder ins Bett gemacht», beschimpft Rita ihre Tochter Anna, während sie unsanft die Leintücher vom Bett zieht. «Mit dir kann man wirklich nirgends übernachten», wettert sie weiter, während Anna traurig daneben steht. «Das blöde Bisi chunnt einfach», erklärt sie ihrer Mutter verzweifelt, und Tränen kullern ihr über die Wangen. Auch Rita ist verzweifelt. «Jetzt ist Anna schon acht Jahre alt und nässt noch immer ein», denkt sie. «Was mache ich bloss falsch?»

Es gibt viele Theorien zum Thema Bettnässen, weiss der Zürcher Kinderarzt Urs Eiholzer. «Mit ziemlicher Sicherheit aber wird Bettnässen vererbt», sagt er. Eine neue Theorie wurde kürzlich entwickelt. Forscher haben herausgefunden, dass Bettnässer eine ungenügende Ausschüttung des Hormons ADH (Anti Diurese Hormon) aufweisen. Das ADH ist dafür verantwortlich, dass der Körper in der Nacht den Urin konzentriert und dadurch die Harnmenge reduziert. Weshalb Bettnässer aber nicht aufwachen, wenn ihre Blase voll ist, erklärt auch diese Theorie nicht.

Bettnässen kann heutzutage in den meisten Fällen erfolgreich behandelt werden. Als erstes verschafft sich der Arzt einen Überblick über die Situation rund ums Bettnässen. Danach folgt die körperliche Abklärung. «Erst wenn man weiss, dass das Kind orga-

nisch in Ordnung ist, werden Kind und Eltern verschiedene Behandlungsmöglichkeiten vorgeschlagen», sagt Eiholzer, eine davon ist der Weckapparat. Das Prinzip dieses Geräts beruht darauf, dass bereits durch wenige Tropfen Urin ein Alarm ausgelöst wird. Das Kind erwacht und sucht die Toilette auf. Laut Urs Eiholzer werden mit dieser Therapie 70 bis 80 Prozent aller Bettnässer trocken.

Eine andere Therapieform ist die Einnahme des synthetischen ADH. Dieses Medikament wird in Form von Tabletten oder Nasenspray täglich eine halbe bis eine Stunde vor dem Schlafen gehen verabreicht. 60 bis 70 Prozent der Kinder sprechen darauf an. Sobald aber das Medikament abgesetzt werde, sei das Bett meist wieder nass, sagt der Kinderarzt.

MINCA HUBER



TIPPS

- Schimpfen und Ärgern führen zu nichts. Bettnässer können nicht einfach aufhören.
- Führen Sie einen Kalender, der aufzeigt, an welchem Tag Ihr Kind einnässt.
- Vor dem Schlafen gehen immer noch schnell auf die Toilette schicken.
- Abends massvoll trinken.
- Die durch das Bettnässen verursachte Mehrarbeit, wie Leintuch entfernen, Kissen neu beziehen und so weiter, sollte vernünftig zwischen Kind und Eltern aufgeteilt werden.

GUT ZU LESEN

- «Über das Bettnässen und wie man es los wird» von Urs Eiholzer, Hans-Huber-Verlag.
 «Bettnässen – komm ich helfe Dir» von Irmgard Zuleger, Südwest-Verlag.