

295596

Knaur

Gabriele Grünebaum

# Elternratgeber Bettnässen

- Hilfe für Kinder und Jugendliche ab 5 Jahren
- Medizinische und genetische Ursachen und verschiedene Therapieansätze



613.955

## Geleitwort 4

## 1 Was bedeutet Bettnässen? 6

- Die richtigen Bezeichnungen 8
- Falls auch am Tag mal was danebengeht 10
- Wie viele Bettnässer gibt es? 12
- Wie funktionieren Blase und Gehirn? 16
- Fallbeispiel 1: Noelle, viereinhalb Jahre 19
- Häufige Fragen zum Bettnässen* 22

## 2 Die Ursachen des Bettnässens 24

- Eine genaue Diagnose ist wichtig 26
- Die familiäre Veranlagung beim Bettnässen 27
- Tiefer Schlaf und schwere Erweckbarkeit 29
- ADH-Mangel 31
- Geringe Blasenkapazität 33
- Falsche Trinkgewohnheiten 34
- Psychosoziale Probleme 35
- Fallbeispiel 2: Klaus, acht Jahre 37
- Häufige Fragen zu den Ursachen* 40

## 3 Das kommt in den besten Familien vor 42

- Scham und Tabu 44
- Offen darüber reden, neue Erkenntnisse gewinnen 45
- Windeln für Bettnässer? 50
- Soll das Kind nachts geweckt werden? 53
- Die emotionale Belastung 54
- Familiäre Folgen des Bettnässens 55
- Wie sehen Kinder ihre Situation? 56
- Reaktionen der Mütter 57
- Motivation beflügelt 57
- Fallbeispiel 3: Klara, zehn Jahre 58
- Häufige Fragen zum Bettnässen* 62



## Der Besuch beim Arzt

Richtig vorbereitet zum Arzt	66
Die Krankengeschichte	67
Das Blasentagebuch	69
Körperliche Untersuchung	72
Urinuntersuchung	72
Ultraschalluntersuchung	74
Weiterführende Untersuchungen	75
Fallbeispiel 4: Annika, fünffeinhalb Jahre	76
Häufige Fragen zur Diagnose	78

64

4

## Therapiemöglichkeiten bei Bettnässen

Therapiemöglichkeiten bei Enuresis	82
Motivationsförderung	83
Behandlungsziele und Erfolgsbewertung	86
Medikamentöse Therapie	87
Alarmtherapie	95
Wecksystem in Kombination mit Medikamenten	99
Welche Therapien zahlt die Krankenkasse?	103
Fallbeispiel 5: Philipp, neun Jahre	104
Häufige Fragen zur Therapie	106

80

5

## Anhang

Die besten Tipps bei Bettnässen	108
Anamnesebogen (Vorlage)	110
Trocken-/Nass-Kalender (Vorlage)	114
Blasentagebuch (Vorlage)	116
Therapieschema	119
Adressen und Links	120
Tipps zum Weiterlesen/Danksagung	121
Glossar	122
Register	124
Impressum	128

108