

L'énurésie chez l'enfant

Ce que les parents doivent savoir

Qu'est-ce que l'énurésie nocturne ?

Il est question d'énurésie nocturne lorsqu'un enfant urine involontairement pendant son sommeil. C'est ce qu'on appelle communément faire pipi au lit. Plus de cinq millions d'enfants aux États-Unis ont des problèmes d'énurésie. Il en existe deux types :

- **L'énurésie primaire** chez les enfants âgés de plus de cinq ans qui n'ont jamais été propres la nuit
- **L'énurésie secondaire** chez les enfants qui ont été propres la nuit pendant au moins six mois, mais qui font de nouveau pipi au lit (souvent liée au stress)

Quelles sont les causes courantes de l'énurésie ?

Un enfant fait rarement pipi au lit par paresse ou par volonté. L'énurésie peut être causée par de nombreux facteurs, notamment les suivants :

- Les antécédents familiaux (génétique)
- Un développement lent du contrôle du cerveau sur la vessie
- Une petite capacité vésicale
- Une production d'une trop grande quantité d'urine pendant le sommeil
- Des troubles du sommeil (sommeil profond)
- Une constipation
- Le stress

Comment diagnostiquer l'énurésie ?

Si votre enfant a plus de sept ans et se réveille souvent avec un lit mouillé, il se peut qu'il ait un problème. Votre médecin et vous-même devrez déterminer la cause de l'énurésie. Avant de consulter le pédiatre de votre enfant, essayez de consigner ses allées et venues aux toilettes dans un journal. Le fait de noter l'apport en liquide et les habitudes urinaires et intestinales de votre enfant peut aider le médecin à trouver le meilleur traitement.

Si votre médecin a besoin de plus de données, il peut demander une analyse d'urine, des analyses de sang, une échographie de la vessie ou d'autres examens.

Comment traiter l'énurésie ?

Il existe de nombreux traitements pour l'énurésie. Certains sont plus efficaces que d'autres. Ces méthodes peuvent être essayées individuellement ou conjointement. Voici quelques options :

- Limiter la consommation de liquides deux heures avant le coucher
- Supprimer les irritants de la vessie comme la caféine, les boissons gazeuses et les colorants artificiels
- Veiller à uriner toutes les deux ou trois heures lorsque la personne est éveillée
- Utiliser une alarme d'énurésie
- Utiliser des médicaments sur ordonnance

Quels sont les autres moyens d'aider les enfants sujets à l'énurésie ?

Il existe de nombreuses façons d'aider votre enfant.

Tout d'abord, rappelez-vous que l'énurésie n'est pas la faute de votre enfant, il ne faut donc pas le punir ou se moquer de lui s'il fait pipi au lit. Voici d'autres façons d'aider votre enfant :

- **Mictions planifiées** : vous pouvez suggérer à votre enfant de se rendre aux toilettes plusieurs fois dans la journée. Essayez de faire en sorte que votre enfant y aille au moins cinq fois par jour et une nouvelle fois juste avant de se coucher.
- **Selles quotidiennes** : votre enfant devrait aller à la selle au moins une fois par jour. Les selles doivent être bien formées et souples. Il peut être utile de demander à votre pédiatre comment améliorer la santé intestinale de votre enfant.



L'énurésie chez l'enfant

Ce que les parents doivent savoir

- **Boissons à éviter** : évitez les boissons riches en sucre, gazeuses et caféinées. Efforcez-vous de faire en sorte que votre enfant boive surtout pendant la journée, jusqu'à l'heure du dîner. Ensuite, évitez les boissons deux heures avant le coucher.
- **Au lit** : pour gérer l'énurésie à la maison, utilisez une alèse, des produits lavables ou jetables et des désodorisants pour la chambre. Après un accident, lavez votre enfant et utilisez des produits pour empêcher la peau de s'irriter. Lorsque votre enfant dort ailleurs qu'à la maison, les couches-culottes peuvent être utiles.
- **Suivi de l'évolution de la situation** : utilisez un calendrier pour noter l'efficacité du traitement.

Questions à poser à votre médecin

- Quelle est la cause de l'énurésie de mon enfant ?
- Quand faut-il intervenir ?
- Mon enfant cessera-t-il de mouiller son lit ? Quand ?
- Mon enfant doit-il subir d'autres examens ? Si oui, lesquels ?
- Quels sont les avantages et les inconvénients de chaque option thérapeutique ?
- Quels traitements suggérez-vous ?
- Comment puis-je aider mon enfant à réussir ?

À propos de l'Urology Care Foundation

L'Urology Care Foundation est la principale fondation urologique dans le monde et la fondation officielle de l'American Urological Association. Nous fournissons des informations aux personnes qui gèrent activement leur santé urologique et à celles qui souhaitent améliorer leur état de santé. Nos informations sont fondées sur les ressources de l'American Urological Association et sont révisées par des spécialistes médicaux. Pour en savoir plus, visitez le site de l'Urology Care Foundation, UrologyHealth.org/UrologicConditions ou rendez-vous sur UrologyHealth.org/FindAUrologist pour trouver un médecin près de chez vous.

Avis de non-responsabilité

Ces informations ne constituent pas un outil d'autodiagnostic et ne remplacent pas les conseils d'un professionnel de la santé. Elles ne doivent pas être utilisées ou invoquées à cette fin. Veuillez faire part de vos problèmes de santé à votre urologue ou à votre prestataire de soins de santé. Consultez toujours un prestataire de soins de santé avant de commencer ou d'arrêter tout traitement, y compris les médicaments. Pour plus d'informations, consultez la page UrologyHealth.org/Download ou appelez le +1 800-828-7866.

