

von Gontard · Lehmkuhl



Ratgeber

Einnässen

Informationen für Betroffene,
Eltern, Lehrer und Erzieher

2., überarbeitete Auflage

HOGREFE



Ratgeber Einnässen

Ratgeber Kinder- und Jugendpsychotherapie

Band 4

Ratgeber Einnässen

von Prof. Dr. Alexander von Gontard und Prof. Dr. Gerd Lehmkuhl

Herausgeber der Reihe:

Prof. Dr. Manfred Döpfner, Prof. Dr. Gerd Lehmkuhl,

Prof. Dr. Franz Petermann

Ratgeber

Einnässen

Informationen für Betroffene,
Eltern, Lehrer und Erzieher

2., überarbeitete Auflage

von Alexander von Gontard
und Gerd Lehmkuhl

HOGREFE



GÖTTINGEN · BERN · WIEN · PARIS · OXFORD · PRAG · TORONTO
CAMBRIDGE, MA · AMSTERDAM · KOPENHAGEN · STOCKHOLM

Prof. Dr. Alexander von Gontard, geb. 1954, ist seit 2003 Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Universitätsklinikum des Saarlandes, Homburg.

Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. Gerd Lehmkuhl, geb. 1948. Seit 1988 Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universität zu Köln.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat für die Wiedergabe aller in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen etc.) mit Autoren bzw. Herausgebern große Mühe darauf verwandt, diese Angaben genau entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abzdrukken. Trotz sorgfältiger Manuskripterstellung und Korrektur des Satzes können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handele.

© 2012 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Göttingen • Bern • Wien • Paris • Oxford • Prag • Toronto
Cambridge, MA • Amsterdam • Kopenhagen • Stockholm
Merkelstraße 3, 37085 Göttingen

<http://www.hogrefe.de>

Aktuelle Informationen • Weitere Titel zum Thema • Ergänzende Materialien

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar

Illustrationen: Klaus Gehrman, Freiburg; www.klausgehrmann.net

Format: PDF

ISBN 978-3-8409-2451-4

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Zielsetzung des Ratgebers

Dieser Ratgeber informiert über verschiedene Erscheinungsformen, die Ursachen, den Verlauf und die Behandlungsmöglichkeiten beim Einnässen. Die Informationen richten sich überwiegend an Eltern, können jedoch auch für Lehrer, Erzieher und ältere Kinder und Jugendliche von Interesse sein. Das Ziel des Ratgebers ist es, kurz über die verschiedenen Formen des Einnässens tags wie auch nachts zu informieren und vor allem konkrete Hinweise und praktische Hilfen zur Verfügung zu stellen.

Dieser Ratgeber ist Bestandteil der Reihe Leitfaden Kinder- und Jugendpsychotherapie, in der die Diagnostik und Therapie psychischer Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter beschrieben werden. Im Gegensatz zu den anderen Ratgebern dieser Reihe zeigt sich das Einnässen immer mit einer körperlichen Symptomatik (d. h. Urinabgang mit nasser Hose oder Bett), während viele Kinder keine weiteren psychischen Auffälligkeiten aufweisen. Da das Zusammenspiel von körperlichen und psychischen Aspekten sich für die einzelnen Formen des Einnässens deutlich unterscheiden, ist es notwendig, die einzelnen Erscheinungsformen getrennt zu besprechen. Der Ratgeber ergänzt den Leitfaden über Enuresis (von Gontard & Lehmkuhl, 2009), der sich vor allem an ärztliche und psychologische Psychotherapeuten richtet.

Da manche Kinder nicht nur einnässen, sondern auch einkoten, ist inzwischen ein gesonderter „Ratgeber Einkoten“ erschienen (von Gontard, 2010a). Noch genauere Informationen findet man sowohl im Leitfaden „Enkopresis“ und im Band „Enkopresis: Erscheinungsformen – Diagnostik – Therapie“ (von Gontard, 2010b und c).

Alle Empfehlungen orientieren sich an aktuellen wissenschaftlichen Untersuchungen und den Leitlinien der Fachorganisation der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie zusammen mit den kinder- und jugendpsychiatrischen Berufsverbänden. Sie haben sich in vielen Jahren der Praxis bewährt, zur Trockenheit der Kinder und zur Entlastung der gesamten Familie geführt.

Seit dem Erscheinen der ersten Auflage des Ratgebers sind sieben Jahre vergangen. Während die Grundzüge der Behandlung weitgehend gleich geblieben sind, haben sich in vielen Bereichen deutliche Verbesserungen

und Veränderungen ergeben, die eine Überarbeitung sinnvoll erscheinen lassen.

Danken möchten wir Frau Doris Bürgel für ihren – wie immer – hilfsbereiten, freundlichen und interessierten Einsatz beim Schreiben der ersten Auflage dieses Bandes.

Homburg und Köln, Januar 2012

Alexander von Gontard
und Gerd Lehmkuhl

Inhalt

1	Zur Orientierung: Allgemeines zum Einnässen	11
1.1	Kennen Sie das?.....	11
1.2	Was versteht man unter Einnässen?	12
1.3	Welche Formen des Einnässens gibt es?	13
1.4	Wie häufig ist das Einnässen?	15
1.5	Welche Ursachen hat das Einnässen?.....	15
1.6	Ist mein Kind verhaltensauffällig, wenn es einnässt?.....	17
1.7	Was sollte man untersuchen lassen?.....	17
1.8	Wie sollte das Einnässen behandelt werden?	19
1.9	Wie gehe ich bei diesem Ratgeber vor?	20
2	Einkoten	22
2.1	Was versteht man unter Einkoten?	22
2.2	Wie häufig ist das Einkoten?	23
2.3	Welche Formen des Einkotens gibt es?.....	23
2.4	Wie erkennt man ein Einkoten mit Verstopfung?	23
2.5	Wie kommt es zum Einkoten mit Verstopfung?	23
2.6	Wie erkennt man ein Einkoten ohne Verstopfung?.....	24
2.7	Wie sollten alle Kinder mit Einkoten behandelt werden?	24
2.8	Was versteht man unter einer Regulierung des Toiletten- ganges?	25
2.9	Wie behandelt man das Einkoten mit Verstopfung?	25
2.10	Sind zusätzliche Behandlungen notwendig?	27
2.11	Warum sollte das Einkoten immer vor dem Einnässen behandelt werden?	28
3	Einnässen tags	29
3.1	Wie unterscheidet man die drei häufigen Formen des Einnässens?	30
3.2	Was versteht man unter einer Dranginkontinenz?.....	30
3.3	Wie behandelt man die Dranginkontinenz?.....	31
3.4	Wann ist eine medikamentöse Behandlung der Drang- inkontinenz notwendig?.....	32
3.5	Was bewirken diese Medikamente bei der Dranginkontinenz? ...	32
3.6	Was ist eine Harninkontinenz bei Miktionsaufschub?	33
3.7	Wie behandelt man die Harninkontinenz bei Miktions- aufschub?	34

3.8	Was ist eine Dyskoordination?	35
3.9	Wie behandelt man die Dyskoordination?.....	36
3.10	Was versteht man unter Schulungsprogrammen?	36
3.11	Warum sollte das Einnässen tags zuerst behandelt werden?.....	37
4	Einnässen nachts	38
4.1	Was versteht man unter einem einfachen nächtlichen Einnässen?	38
4.2	Was sind typische Zeichen des einfachen nächtlichen Einnässens?.....	38
4.3	Was versteht man unter einem nicht monosymptomatischen nächtlichen Einnässen?.....	39
4.4	Welche Formen des einfachen nächtlichen Einnässens gibt es?	39
4.5	Was ist die Ursache für das einfache nächtliche Einnässen?	40
4.6	Was sollte man beim nächtlichen Einnässen abklären?	41
4.7	Wie behandelt man das nächtliche Einnässen?	42
4.8	Was versteht man unter einfachen Behandlungsschritten?	42
4.9	Was sind unwirksame Behandlungsmethoden?	42
4.10	Was versteht man unter Kalenderführung?	44
4.11	Was versteht man unter einem Klingelgerät?.....	45
4.12	Welche Formen von Klingelgeräten gibt es?	45
4.13	Wann sollte eine Behandlung mit einem Klingelgerät durchgeführt werden und wann nicht?	46
4.14	Wie wird eine Klingelgerätbehandlung durchgeführt?	47
4.15	Wie erfolgreich ist die Klingelgerätbehandlung und wie funktioniert sie?	49
4.16	Wie häufig sind Rückfälle?	50
4.17	Wann sollte das Klingelgerät mit anderen Behandlungsmethoden kombiniert werden?	50
4.18	Wann sollte eine Behandlung mit dem Klingelgerät beendet werden?	51
4.19	Wann behandelt man mit Medikamenten?	52
4.20	Welche Medikamente haben eine positive Wirkung auf das nächtliche Einnässen?	52
4.21	Wie wirkt die Behandlung mit Desmopressin?	52
4.22	Wann behandelt man mit Antidepressiva?	53
4.23	Zusammenfassung und Ausblick	54

5	Einnässen und psychische Auffälligkeiten	55
5.1	Wie häufig sind psychische Störungen bei Kindern, die einnässen?	55
5.2	Bei welchen Einnässformen sind psychische Störungen häufig?	56
5.3	Welche Verhaltensauffälligkeiten sind am häufigsten bei einnässenden Kindern?	56
5.4	Wann behandelt man das Einnässen, falls weitere Probleme vorliegen?	57
6	Zum Abschluss	58
	Anhang	59
	Literatur	59
	Arbeitsblätter	60

1 Zur Orientierung: Allgemeines zum Einnässen

1.1 Kennen Sie das?

Mein Kind nässt tags und/oder nachts ein. Von diesem Problem sind viele Kinder betroffen. Sie sind unglücklich, leiden darunter, versuchen, es zu verheimlichen, vermeiden Aktivitäten mit anderen Kindern und machen sich Gedanken, woher das kommen könnte. Auch Eltern leiden unter dem Einnässen ihrer Kinder. Sie machen sich Sorgen um ihre Entwicklung, über Hänseleien durch andere Kinder und tragen z. T. jahrelang Schuldgefühle mit sich herum. Oft denken sie, dass sie durch ihr Erziehungsverhalten nicht nur zum Einnässen beigetragen haben, sondern dies direkt verursacht haben. Viele Eltern haben alle möglichen Dinge zur Behandlung unternommen, sind frustriert und ärgern sich über die großen Wäscheberge.



Zur Verdeutlichung der Problematik soll das Einnässen anhand der Beispiele von Jens und Mareike etwas ausführlicher dargestellt werden.

Der siebenjährige *Jens* nässt jede Nacht große Mengen ein und ist noch nie trocken gewesen. Seine Eltern berichten, dass er kaum zu erwecken sei. Um die Wäscheberge zu reduzieren, trägt er Windeln. Er fühlt sich sehr unglücklich, kommt sich wie ein Baby vor und möchte nicht bei Freunden übernachten. In der Schule läuft alles ohne Probleme, er ist beliebt bei Freunden und hat viele Spielinteressen. Die Mutter macht sich Sorgen, weil sie sehr früh, als Jens noch ein Baby war, wieder arbeiten gegangen ist. Sie, wie auch ihr Bruder, haben ebenfalls nachts als Kinder eingenässt.

Die neunjährige *Mareike* nässt jeden Tag dreimal kleinere Mengen ein, so dass ihre Unterwäsche immer feucht ist. Bisher hatte sie zwei Harnwegsinfekte gehabt. Die Mutter berichtet, dass sie bis zu zehnmal am Tag ganz