

Votre enfant fait pipi au lit...

A savoir

Classiquement, l'enfant devient propre le jour comme la nuit entre 3 et 5 ans. Environ 10 % des enfants font encore pipi de façon involontaire entre 5 et 10 ans, c'est ce qu'on appelle l'énurésie. Les accidents arrivent souvent la nuit : soit toutes les nuits, soit de façon intermittente.

En général, l'enfant qui fait pipi au lit n'a pas encore acquis les réflexes qui permettent de contrôler sa vessie.

L'énurésie peut aussi apparaître après une période plus ou moins longue de propreté, parfois après un choc psychologique (difficultés scolaires, divorce...).

Nos conseils

En pratique

Consultez systématiquement le médecin pour éliminer l'hypothèse d'une maladie associée.

Les choses s'arrangent d'elles-mêmes avec le temps, le traitement n'est donc pas systématique. Selon l'âge, la gêne et la motivation de l'enfant, le médecin peut proposer :

- ▶ **Un carnet d'auto-surveillance** où l'enfant devra noter ses « accidents-pipi » pour essayer de mieux les gérer (un soleil si la nuit a été sèche, un nuage dans le cas contraire). N'hésitez pas alors à le motiver par des récompenses les nuits « sèches ».
- ▶ **Des rendez-vous chez un psychologue** s'il le juge nécessaire.
- ▶ **Un « pipi-stop »** : c'est un appareil électrique qui aide à acquérir le réflexe pipi. Relié à une couche en tissu placée dans le slip de l'enfant, il sonne dès les premières gouttes et réveille l'enfant.
- ▶ **Les traitements par médicaments** existent, ils sont employés en dernier recours.

Adoptez les bons réflexes

- ▶ Dédramatisez, expliquez à votre enfant que le problème finit toujours par s'arranger. Ne le grondez pas, ne le punissez pas, l'anxiété ne fait qu'aggraver les choses.
- ▶ Impliquez votre enfant : apprenez-lui à participer au changement des draps, à se laver et se changer seul.
- ▶ Protégez le matelas avec une alèse imperméable.
- ▶ Placer près du lit un petit pot et une veilleuse pour qu'il puisse se lever seul la nuit.
- ▶ Ne le forcez pas à porter des couches qui « font bébé » mais plutôt des culottes absorbantes.
- ▶ Diminuez les boissons le soir après 17 heures.
- ▶ Faites-le uriner avant d'aller se coucher.

Pour aller plus loin

L'association d'Aide Aux Personnes Incontinentes (APPI), créée par de professionnels de santé peut vous soutenir et vous informer sur les problèmes d'énurésie. Des fiches pratiques (« Votre enfant fait pipi au lit », « Des alarmes sonores contre le pipi au lit »...) sont à la disposition des adhérents.

Pour les contacter : 0875 63 50 60 (prix d'un appel local)

Vous pouvez aussi consulter leur site Internet : www.aapi.asso.fr

Quand consulter le médecin ?

- ▶ Systématiquement, quand votre enfant n'est pas propre à l'âge de 5 ans.
- ▶ Si les accidents arrivent aussi la journée.
- ▶ S'il est propre pendant plusieurs mois et se remet brutalement à faire pipi au lit.
- ▶ S'il a des sensations de brûlures quand il urine.
- ▶ S'il demande souvent à boire.