

## LES CAUSES DE L'ENURESIE A L'ADOLESCENCE

La préadolescence et l'adolescence peuvent être des périodes difficiles : un enfant qui fait encore de pipi au lit à cet âge peut en souffrir. Heureusement, il existe des solutions. Le pipi au lit concerne principalement des enfants en bas âge et sa fréquence diminue avec le temps : si 49% des enfants sont concernés entre 3 et 4 ans, ils ne sont plus que 15% entre 5 et 7 ans. (1) A partir de 5 ans, le pipi au lit prend un nom médical : l'énurésie nocturne. Ce pipi au lit « tardif » peut persister bien après 5 ans : 2 à 3% des adolescents en souffrent encore ! (2)

### Les causes de l'énurésie adolescente

Pourquoi un enfant ou un adolescent fait-il pipi au lit ?

Les causes en sont nombreuses : elles peuvent être physiologiques (production trop importante d'urine, petite vessie, sommeil trop profond...) ou psychologiques (choc affectif, déménagement, divorce des parents, décès dans la famille...). (1) Des causes psychologiques sont souvent retrouvées quand l'enfant ou l'adolescent de 12, 13, 14 ou 15 ans a été propre pendant au moins 6 mois auparavant et que le pipi au lit réapparaît ensuite. (3)

Quelle que soit la cause du pipi au lit, il est important que l'adolescent et ses parents déculpabilisent. Il est vrai que l'énurésie peut avoir des conséquences au quotidien et qu'il ne faut minimiser ce trouble. En général, l'enfant ou l'adolescent a du mal à en parler à ses amis, et sa vie sociale peut être perturbée. Il va hésiter à passer une nuit chez des copains, à participer à une sortie avec son école ou avec son club de sport par exemple. Plus l'adolescent grandit, plus les conséquences peuvent être difficiles pour lui, notamment lorsqu'il commence à découvrir la sexualité ou qu'il envisage d'obtenir une plus grande indépendance. (4,5)

Si votre enfant fait pipi au lit entre 12 et 15 ans, il peut être réticent à accepter d'être pris en charge et à en parler à un médecin, surtout si une solution a été essayée auparavant et qu'elle n'a pas fonctionné sur la durée. (5) Cependant, si le pipi au lit persiste à l'adolescence, des solutions existent pour améliorer le confort de l'enfant et viser à retrouver des nuits sèches.

### Que faire si votre adolescent fait encore pipi au lit?

Le pipi au lit concerne principalement des enfants en bas âge et sa fréquence diminue avec le temps : si 49% des enfants sont concernés entre 3 et 4 ans, ils ne sont plus que 15% entre 5 et 7 ans. (1) A partir de 5 ans, le pipi au lit prend un nom médical : l'énurésie nocturne. Ce pipi au lit « tardif » peut persister bien après 5 ans : 2 à 3% des adolescents en souffrent encore ! (2)

Si votre enfant fait encore pipi au lit à l'adolescence, aux âges de 12, 13, 14 ou 15 ans (que la situation soit nouvelle ou de longue date), il est nécessaire de demander un avis médical. Il identifiera la cause de l'énurésie et pourra vous aider à trouver une solution sur le long terme pour aider votre enfant à arrêter de faire pipi au lit à 12 ans . Il vous donnera des conseils pratiques comme par exemple :

**- toujours être dans le dialogue. Ne pas le réprimander ni l'infantiliser, et encore moins l'humilier s'il fait pipi au lit. Il faut au contraire le rassurer,**

**- en fin de journée, éviter les boissons sucrées, les sodas et l'eau pétillante. Il faut privilégier les boissons peu minéralisées,**

**- lui conseiller d'éviter les boissons à base de caféine (coca, café) car elles augmentent le besoin d'uriner,**

**- Après 18h, lui expliquer qu'il faut éviter le plus possible de boire.**

Il est donc important d'aider votre adolescent dans cette partie de vie et de ne surtout pas le rabaisser, mais plutôt de le responsabiliser et le rassurer sur les solutions qui existent.

Le médecin pourra éventuellement prescrire des médicaments si son énurésie ne disparaît pas malgré les conseils qu'il aura reçus. (6) Dans certains cas, il pourra également vous orienter vers un psychothérapeute, notamment si l'énurésie est liée à un événement traumatisant pour l'adolescent. (4)

A l'adolescence, quels produits Drynites® doit-on utiliser pour la nuit ?

Vous pouvez proposer à votre adolescent des sous-vêtements de nuit Drynites® : il existe une gamme adaptée aux 8-15 ans en termes de taille, de coloris et de capacité d'absorption.

Si votre enfant est réticent à porter des sous-vêtements de nuit, vous pouvez opter pour des alèses absorbants jetables Drynites®. Elles sont proposées dans un grand format pour couvrir toute la largeur du matelas et leurs bandes adhésives permettent à l'alèse de rester bien en place. Leur matériau super absorbant est adapté à l'âge de votre enfant.

Avec Drynites®, tous les parents et les enfants, quel que soit leur âge, ont le droit à une bonne nuit de sommeil !

#### Sources bibliographiques

1.Assurance Maladie. Site internet. <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/pipi-lit-enuresie/reconnaitre-enuresie-nocturne-enfant> et <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/pipi-lit-enuresie/bons-reflexes>

2.Arda E et al. Primary Nocturnal Enuresis: A Review. Nephrourol Mon. 2016 ; 8 (4): e35809.

3.Sibertin-Blanc D, Vidailhet C. Développement du contrôle sphinctérien et ses troubles. Site internet : Université de Rouen.

4.Philippe C et al. Soigner l'enfant énurétique sans en faire une maladie. Médecine & Enfance, 2008 ; 28 (Suppl) : 1-7.

5.Weaver A et al. Addressing the needs of teenagers with continence problems. Nurs Times, 2004 ; 100 (20) : 61-3.

6.Aubert D et al. Énurésie nocturne primaire isolée : diagnostic et prise en charge. Recommandations par consensus formalisé d'experts. Prog Urol. 2010 ; 20 (5) : 343-9.

Mis à jour juillet, 2021