

Enurésie (pipi au lit)

Qu'est-ce que l'énurésie ?



On parle d'énurésie lorsqu'un enfant de cinq ans ou plus ne peut se passer régulièrement de couches la nuit (énurésie primaire) ou bien si, après avoir atteint le stade de propreté, il recommence brusquement à mouiller son lit (énurésie secondaire, moins fréquente). Environ 15 % des enfants sont concernés, dont les deux tiers sont des garçons. Jusqu'à l'âge de sept ans, tous les enfants peuvent occasionnellement connaître un petit accident de fuite urinaire, sans souffrir pour autant d'énurésie nocturne.

Pourquoi fait-il pipi au lit ?

Les causes de l'énurésie primaire peuvent être multiples :

- un mauvais fonctionnement de la vessie, qui se contracte involontairement lorsqu'elle est pleine ;
- un sommeil paradoxal trop long et trop profond pendant lequel l'enfant rêve parfois qu'il va aux toilettes ;
- des troubles psychologiques qui retardent l'acquisition de l'autonomie. Cependant, on ignore encore si ces troubles, souvent présents, sont la cause ou la conséquence de l'énurésie (la honte de mouiller son lit maintiendrait l'enfant dans un état de dépendance vis-à-vis de ses parents).
- une prédisposition héréditaire ;
- une malformation urinaire.

L'énurésie secondaire semble plutôt liée à des problèmes d'ordre émotionnel (par exemple la naissance d'un petit frère ou d'une petite sœur, ou des problèmes rencontrés à l'école maternelle).

Que faire quand son enfant fait pipi au lit ?

Le traitement de l'énurésie repose sur des mesures qui visent à redonner confiance à l'enfant, à le responsabiliser et à encourager ses progrès.

- Expliquez-lui les causes possibles de son problème (concernant la vessie et le sommeil) en utilisant des mots qu'il comprend et en faisant, éventuellement, un dessin.
- Précisez-lui qu'il n'est pas le seul à souffrir de ce problème et que d'autres enfants de sa classe sont probablement dans le même cas.

- Ne dramatisez pas le pipi au lit. Ne le grondez pas et ne le punissez pas. On obtient de meilleurs résultats en se montrant patient, compréhensif et affectueux.
- Ne le faites pas culpabiliser et évitez d'en parler devant des personnes étrangères au cercle familial proche.
- Impliquez-le dans son traitement en lui faisant enlever les draps mouillés pour les mettre dans la machine à laver, sans en faire une punition. Faites-lui tenir un journal des jours secs et des jours humides qu'il montrera à son médecin. Encouragez une relation directe entre l'enfant et son médecin.
- Simplifiez-vous la vie en utilisant des draps qui ne se repassent pas et protégez le matelas par une alèze imperméable.
- Diminuez la quantité de boisson prise après 18 heures. Mais ne le privez pas de boire quand il a soif sous prétexte qu'il mouille son lit !
- Veillez à ce qu'il aille aux toilettes avant de se coucher.
- Dans la journée, incitez-le à aller régulièrement faire pipi et apprenez-lui à faire pipi en plusieurs fois (en arrêtant le jet). Cela lui montrera qu'il est capable de se contrôler.
- Félicitez l'enfant ou donnez-lui une petite récompense chaque fois qu'il ne mouille pas le lit (par exemple une image à coller dans un cahier) ; cela peut avoir un effet positif, sans pour autant faire pression sur lui.
- Placez des veilleuses dans sa chambre, les couloirs et les toilettes, pour rassurer l'enfant lorsqu'il se lève la nuit pour uriner.
- Lorsque l'on soupçonne que des problèmes psychologiques sont peut-être à l'origine de l'énurésie nocturne, la consultation d'un pédopsychologue ou d'un pédopsychiatre peut se révéler utile. Demandez conseil à votre médecin.
- Assurez-vous que votre enfant possède un espace personnel suffisamment vaste. Parfois, l'énurésie est liée à l'absence d'un espace identifié comme étant le sien.

Les menaces, le port systématique d'une couche, les dispositifs de détection de l'urine qui réveillent l'enfant, ou le réveil systématique de l'enfant au milieu de la nuit pour le faire uriner n'ont pas d'efficacité à long terme.

Enfin, il est préférable que les parents se gardent de faire de l'acquisition de la propreté une affaire d'état. L'âge où un enfant parvient à se passer de couches la nuit varie d'un individu à l'autre. Il serait peu raisonnable de comparer son enfant avec celui de ses voisins ou d'appliquer les principes rigoureux de grand-maman...

Comment soigne-t-on le pipi au lit ?

Dans certains cas rares, et pour une courte durée, le médecin peut décider de prescrire des médicaments. Il existe deux types de médicaments indiqués dans le traitement de l'énurésie de l'enfant :

- un médicament spécifique qui contient une hormone diminuant fortement la production d'urine pendant la nuit (un médicament dit antidiurétique),
- des médicaments qui diminuent les contractions de la vessie. Ils appartiennent à la famille des antidépresseurs mais ne sont pas, dans ce cas, utilisés pour cette propriété thérapeutique.

Ces médicaments ne guérissent pas le problème, mais peuvent contribuer à amorcer le processus d'acquisition de la propreté. L'utilisation de médicaments sans avis médical est fortement déconseillée en cas d'énurésie.

Source URL: <http://www.lepharmacien.fr/article/enuresie-pipi-au-lit>