

## **L'ÉNURÉSIE NOCTURNE DE L'ENFANT PRINCIPALES CAUSES**

L'énurésie primaire ou secondaire touche de nombreux enfants. Différentes causes peuvent conduire à ce trouble. Le pipi au lit peut avoir une origine psychologique ou physiologique. Avant de pouvoir agir pour soulager l'enfant, il est important d'identifier parmi les principales raisons possibles celle causant son énurésie. Des solutions, pour traiter ou mieux vivre avec l'incontinence nocturne peuvent alors être envisagées.

### **Les explications médicales sur le pipi au lit des enfants**

Passés les 3 ans de l'enfant, les parents ont souvent hâte d'arrêter de lui mettre des couches. Pour autant, l'énurésie est assez courante chez les petits. Ses causes principales peuvent être psychologiques ou physiologiques. Quand les raisons derrière un pipi au lit sont connues, il est plus facile de trouver des solutions pour y faire face.

### **Les causes psychologiques du pipi au lit**

La cause psychologique est celle se cachant derrière la plupart des cas d'énurésie secondaire. Quand un enfant recommence à uriner la nuit plus de 6 mois après l'acquisition de la continence, il faut s'interroger sur les changements qui ont pu avoir lieu. Cela peut être :

- Un choc émotionnel important
- L'arrivée prochaine d'un nouveau bébé dans la famille
- Des difficultés à l'école (harcèlement, mauvais résultats scolaires, changement d'établissement...)
- La séparation des parents
- Le décès d'une personne proche
- Un changement de domicile
- De la violence au sein de la famille
- Une appréhension face au fait de grandir...

Si vous pensez que l'origine du trouble de l'enfant est psychologique, commencez par le rassurer. Si les pipis au lit perdurent sur une longue période ou qu'ils le mettent dans une situation de détresse, vous pourriez alors vous orienter vers une thérapie comportementale.

### **Les causes physiologiques de l'énurésie**

Les raisons liées à la physiologie de la vessie sont celles qui sont le plus à même d'être facilement palliées :

- L'immaturation de la vessie peut causer des fuites de jour comme de nuit. Comme chez le nourrisson, la vessie se vide alors régulièrement, dès que la pression y augmente, sans avoir émis de signal pour alerter du besoin
- La sur-sollicitation des muscles du sphincter finit par les affaiblir. C'est ce qui arrive chez les enfants qui se retiennent trop dans la journée. La vessie est toujours remplie à son maximum avant d'être soulagée. Dans le sommeil, les muscles se relâchent et l'urine n'est alors plus retenue.

Pour les enfants dont l'énurésie est primaire, c'est-à-dire qu'ils ont toujours mouillé le lit, les causes peuvent être d'ordre hormonal ou le symptôme d'une autre maladie. Dans ces cas, l'hérédité est généralement constatée. Les enfants dont un parent faisait pipi au lit étant petit ont 40 % de risques de souffrir eux aussi d'énurésie. Ces statistiques sont portées à 80 % dans le cas où les deux parents souffraient d'incontinence nocturne.

Les causes médicales derrière ce trouble peuvent alors être :

- Le sommeil trop profond. L'enfant ne se réveille pas pour aller faire pipi aux toilettes
- Un trouble hormonal. En phase de sommeil, le corps produit moins d'urine que quand nous sommes réveillés. Une dérégulation de l'hormone antidiurétique qui gère la production d'urine peut alors conduire à un débordement de la vessie durant la nuit.

Si l'enfant se met à uriner dans son sommeil sans qu'aucune des causes déjà évoquées soit trouvée, il est possible que l'énurésie ne soit que le symptôme d'une maladie, notamment le diabète ou une infection urinaire.

### **Comment accompagner l'enfant à mieux vivre son énurésie**

Que la cause du pipi nocturne de l'enfant soit psychologique ou physiologique, il est essentiel de lui faire comprendre qu'il n'en est en aucun cas moins digne d'amour. Tournez-vous par exemple vers la lecture de livres dédramatisant l'énurésie et proposant des solutions ludiques pour stimuler la maturation cérébrale et physique.

Par ailleurs, selon son âge et ses activités sociales, la honte de mouiller son lit peut s'avérer difficile à vivre. L'une des solutions pouvant accompagner l'enfant en douceur pour assumer ou cacher son énurésie à ses camarades est alors le port de sous-vêtements de nuit protecteurs, comme les Drynites.