

## RECONNAITRE L'ENURESIE NOCTURNE DE L'ENFANT

L'énurésie se manifeste par une émission d'urine non maîtrisée de l'enfant. Il s'agit d'un trouble du contrôle des sphincters de la vessie qui survient le plus souvent la nuit. Plusieurs facteurs favorisent ces mictions involontaires.

---

### QU'EST-CE QUE L'ÉNURÉSIE NOCTURNE ?

#### Votre enfant "mouille son lit" : à quel âge s'inquiéter ?

**L'énurésie, aussi appelée "pipi au lit", désigne une miction répétée, involontaire, incontrôlable, inconsciente et le plus souvent nocturne. L'enfant urine complètement et normalement sans s'en rendre compte.**

L'énurésie survient chez des enfants à un âge où le contrôle des sphincters est acquis, c'est-à-dire **après l'âge de cinq ans**. C'est un trouble du contrôle de la vessie qui, par ailleurs, fonctionne normalement.

Lorsqu'elle n'est associée à aucun autre trouble urinaire, l'énurésie guérit le plus souvent spontanément. Cependant, l'énurésie doit être prise en charge car elle retentit sur la vie de l'enfant et de sa famille entraînant :

- une baisse de l'estime de soi pour l'enfant,
- des perturbations de la vie familiale et sociale.

#### Comment l'enfant acquiert-il la propreté et à quel âge ne fait-il plus pipi au lit ?

D'importantes variations existent d'un enfant à l'autre :

- la première année, l'action d'uriner est un réflexe, déclenché par la pression dans la vessie, au-delà d'un certain seuil ;
- à partir de la fin de la première année, l'enfant urine de manière consciente et volontaire. Il signale qu'il a envie d'uriner par des mots ou des gestes ;
- vers 18 mois, il peut dire à ses parents s'il est mouillé. Il apprend vite où et quand il doit uriner ;
- à deux ans, l'enfant peut être propre pendant la journée ;

- à partir de trois ans, la miction se régule automatiquement. L'enfant peut, en principe, dormir en toute sécurité. En cas d'envie, il contracte volontairement le sphincter et les muscles du périnée . À trois ans, 15 à 20 % des enfants ont acquis la propreté nocturne, et 90 % à cinq ans.

### **L'énurésie : un problème fréquent et qui peut durer**

Le pourcentage d'enfants présentant une énurésie nocturne baisse avec l'âge :

- 49 % des enfants entre 3 et 4 ans,
- 11 % des enfants entre 5 et 7 ans,
- 2 à 3 % à l'adolescence.

*Ne plus faire pipi au lit, un apprentissage sur plusieurs années*

L'acquisition du contrôle du sphincter de la vessie dépend du développement physique et psychologique de l'enfant, mais aussi de son éducation.

---

### **LES DIFFÉRENTES FORMES DE L'ÉNURÉSIE NOCTURNE**

L'énurésie peut se présenter sous différentes formes. Elles ont toutes en commun une émission d'urine non maîtrisée :

- l'énurésie est "**primaire**" si elle n'a pas été précédée par une période où l'enfant a été propre pendant au moins six mois. C'est la forme la plus fréquente. Elle représente 75 % à 85 % des cas d'énurésie.
- l'énurésie est "**secondaire**" s'il y a eu une période où l'enfant a été propre pendant au moins six mois. Elle débute habituellement entre cinq et sept ans.

L'énurésie nocturne de l'enfant peut être :

- régulière avec des fréquences plus ou moins élevées ;
- irrégulière ;
- intermittente avec de longues périodes "sèches" ;
- épisodique, si elle reste un accident isolé.

---

## QUELLES SONT LES CAUSES DE L'ÉNURÉSIE NOCTURNE DE L'ENFANT ?

Divers facteurs interviennent dans la survenue de l'énurésie nocturne.

- L'énurésie nocturne primaire est favorisée par :
  - un retard dans le processus naturel de maturation de la vessie. Le trouble disparaît souvent lorsque ce retard est rattrapé,
  - une production trop importante d'urine au cours de la nuit (polyurie nocturne) due à une baisse de production de l'hormone anti-diurétique,
  - une vessie plus petite que la moyenne,
  - des facteurs génétiques : dans 30 à 60 % des cas, il existe d'autre cas dans la famille ascendante,
  - des difficultés de réveil nocturne : l'enfant énurétique dort bien mais, en comparaison avec les autres enfants, il se réveille plus difficilement en milieu de nuit,
  - des facteurs périnataux (prématurité, etc.)
- L'énurésie nocturne secondaire peut être :
  - le signe d'un passage régressif ou d'un élément dépressif, en relation avec un événement : naissance d'un nouvel enfant, départ d'un proche, maladie dans la famille, échec scolaire...
  - associée à une polyurie et révéler un diabète de type 1.