



Énurésie nocturne

L'énurésie nocturne est fréquente chez les enfants. Il est très important que les personnes qui s'occupent de l'enfant fassent preuve d'encouragement et de patience face à ce problème. Avec le temps, l'énurésie nocturne devrait disparaître d'elle-même.

Que savons-nous sur l'énurésie nocturne?

- L'énurésie nocturne (aussi appelée **incontinence nocturne**) est un problème courant chez les enfants.
- L'énurésie nocturne est considérée comme normale jusqu'à l'âge de 5 ans.
- Moins de 20 % des enfants de cinq ans (environ un sur six) ont encore des épisodes d'énurésie nocturne.
- À l'âge de cinq ans, l'énurésie nocturne ne nécessite ni examen ni traitement.
- Dans presque tous les cas, l'énurésie de votre enfant disparaîtra avec le temps, sans traitement.
- L'énurésie nocturne peut être héréditaire.

Quelles sont les causes de l'énurésie nocturne?

- Les expert•e•s expliquent l'énurésie nocturne de différentes façons
 - Le plus souvent, il semble que le contrôle nocturne de la vessie ne se développe pas comme on pourrait s'y attendre en fonction de l'âge de l'enfant.
- L'énurésie nocturne est généralement due à des problèmes de vessie ou d'intestins et non à d'autres problèmes de l'organisme.

Quels sont les tests effectués pour confirmer une énurésie nocturne?

- On vérifiera différentes choses concernant votre enfant :
 - Son expérience de l'apprentissage de la propreté
 - Sa routine habituelle entourant les mictions
 - Ses habitudes de défécation et de miction à l'aide d'un « calendrier des mictions » ou d'un « calendrier des selles ».
- Votre médecin vérifiera ce qui suit :
 - Quand l'énurésie nocturne est apparue
 - La fréquence de l'énurésie nocturne
 - La gravité du problème pour votre enfant et votre famille
 - Les thérapies et traitements qui ont été essayés
- Un examen de l'abdomen, du bas du dos et des organes génitaux de votre enfant permettra de déceler tout ce qui est facilement visible et pourrait être inhabituel.

- Une simple analyse d'urine permet d'écartier l'hypothèse d'une infection urinaire et d'autres caractéristiques physiques anormales.
- Habituellement, aucun autre test n'est requis, sauf dans les cas suivants :
 - Un grave problème d'énurésie pendant la journée
 - Des taches dans les sous-vêtements de votre enfant
 - Une infection urinaire
 - Des anomalies physiques

Comment traite-t-on l'énurésie nocturne?

- La plupart des enfants atteints d'énurésie nocturne parviennent tôt ou tard à contrôler totalement leur vessie sans aucun traitement.
- Si les personnes qui s'occupent de l'enfant sont patientes et l'encouragent doucement à surmonter le problème, l'enfant peut se sentir moins anxieux à ce sujet.
- Dans certains cas, un traitement peut aider votre enfant à contrôler sa vessie.
- Le traitement peut comprendre l'un des éléments suivants (pour plus de détails, voir les sections suivantes) :
 1. modification du comportement
 2. alarme spéciale
 3. traitement des troubles intestinaux et vésicaux
 4. médicaments

Modification du comportement

- La modification du comportement utilise des récompenses pour encourager un changement dans le comportement de votre enfant.
- Pour éliminer l'énurésie nocturne, votre enfant peut essayer ce qui suit :
 - Boire moins de liquide pendant la soirée.
 - Uriner régulièrement tout au long de la journée.
 - Aller aux toilettes juste avant de se coucher.
- Ce sera peut-être une bonne idée pour les personnes qui s'occupent de l'enfant de le réveiller quelques heures après le coucher pour qu'il urine à nouveau.
- Il est important de noter les « nuits sèches ».

- Votre enfant peut choisir des autocollants et les placer sur un calendrier pour célébrer l'évènement.
- Votre enfant peut avoir l'impression de vraiment progresser s'il reçoit une récompense ou une friandise lorsqu'il connaît plusieurs « nuits sèches » d'affilée.
- Il est important de ne pas punir ou chicaner votre enfant parce qu'il a mouillé le lit, car :
 - Cela peut accroître son anxiété.
 - Souvent, ça ne fait qu'augmenter le nombre d'épisodes d'énurésie nocturne.

Alarme spéciale

Comment une alarme peut-elle aider?

- Ces alarmes spéciales peuvent être utiles pour apprendre aux enfants à contrôler l'énurésie nocturne.
- Une alarme pour l'énurésie est dotée d'un capteur spécial qui se fixe sur le pyjama de l'enfant, près de l'aîne.
 - Le capteur est relié à une alarme qui émet un bruit ou une vibration.
 - L'alarme se déclenche lorsque votre enfant commence à uriner.
 - L'alarme a pour but de réveiller votre enfant.
 - Une fois réveillé, votre enfant peut se rendre aux toilettes et finir d'uriner.
- Au début, il se peut que votre enfant ne se réveille pas.
- Les premières nuits, vous voudrez peut-être dormir dans la chambre de votre enfant pour l'aider à se réveiller.
- Au bout de trois à six mois, votre enfant n'aura peut-être plus besoin de l'alarme.
- Si la frustration s'installe, votre enfant pourrait :
 - avoir l'impression de ne pas faire de progrès après avoir utilisé l'alarme pendant quelques semaines;
 - avoir besoin de faire une pause de quelques mois;
 - avoir besoin de réessayer plus tard.
- Ce type d'alarme spéciale :
 - peut être louée ou achetée dans un magasin de fournitures médicales;
 - peut également être achetée en ligne.

Médicaments

Existe-t-il des médicaments pour traiter l'énurésie nocturne?

- Plusieurs traitements médicamenteux se sont révélés utiles pour traiter l'énurésie nocturne chez l'enfant.

Cette publication est produite par

Canadian Urological Association
The Voice of Urology in Canada



Association des Urologues du Canada
La voix de l'urologie au Canada

Cette publication est approuvée par



ASSOCIATION DES
UROLOGUES
DU QUÉBEC

Les informations présentées dans cette publication ne visent pas à remplacer une opinion médicale ni à se substituer à la consultation d'un·e médecin qualifié·e. L'Association des urologues du Canada décline toute responsabilité, légale ou autre, causée de quelque façon que ce soit, incluant la négligence, pouvant découler des informations contenues ou référencées dans cette brochure.

© 2023. Association des urologues du Canada. Tous droits réservés.

cua.org

Prise en charge des habitudes de défécation

- Votre médecin voudra d'abord traiter les problèmes intestinaux ou la constipation.
- Cela peut se faire à l'aide d'un médicament appelé PEG 3350.

Prise en charge des problèmes vésicaux

- Si votre enfant a un problème d'incontinence diurne (aussi appelée **énurésie diurne**), des médicaments comme la propivéline (MICTORYL®) (ou des médicaments antimuscariniques prescrits par l'urologue de votre enfant) sont disponibles.
- D'autres médicaments qui traitent les problèmes de vessie peuvent aussi être utilisés.

Desmopressine (DDAVP®)

- Lorsqu'elle est prise au coucher, la desmopressine :
 - aide l'organisme à produire moins d'urine la nuit;
 - empêche la vessie de se remplir au point de provoquer des fuites d'urine;
 - fonctionne bien lorsque la quantité de liquide que votre enfant boit le soir est limitée.
- De nombreux enfants utilisent DDAVP® uniquement lorsqu'ils en ont besoin pour rester au sec la nuit (p. ex. en camping ou lorsqu'ils vont dormir chez des amis).
- DDAVP® n'est pas un remède, mais peut aider à résoudre le problème jusqu'à ce que l'énurésie nocturne finisse par disparaître pour de bon.

Quels sont les traitements les plus efficaces?

- Votre médecin vous présentera les différents types de traitement pour l'énurésie nocturne de votre enfant.
- Vous déciderez alors avec le médecin de la nécessité ou non d'un traitement.
- En fin de compte, l'énurésie nocturne finit presque toujours par disparaître, avec ou sans traitement.
- Il est important de comprendre que l'énurésie nocturne n'est pas une maladie.
- L'énurésie nocturne est simplement due au fait que votre enfant, quel que soit son âge, n'a pas encore acquis le contrôle nocturne de la vessie.
- La patience et les encouragements aident grandement les enfants à apprendre à contrôler leur vessie la nuit.