

Comprendre et traiter l'énurésie chez l'enfant - Fiche conseil

Les pertes d'urines nocturnes de votre enfant, communément appelées "pipi au lit" ou énurésie, sont un problème fréquent qui finit généralement par se corriger avec le temps.

Ces épisodes sont involontaires, **les punitions n'aident pas à résoudre le problème et doivent être évitées**. Il est en revanche essentiel que votre enfant comprenne ce qu'il lui arrive et participe activement au traitement.

Lutter contre les fuites urinaires nocturnes

- Répartissez les apports en eau dans la journée (entre 7 h et 18 h). Le petit-déjeuner doit représenter 1/3 des apports en eau de la journée.
- En fin de journée, évitez les boissons sucrées ou gazeuses, les aliments très salés et les laitages.
- Proposez à votre enfant d'uriner régulièrement, tout au long de la journée (5 à 6 fois par jour). Ne le forcez pas à uriner s'il n'en a pas envie.
- Faites en sorte que votre enfant puisse aller aux toilettes lorsqu'il en a besoin. La nuit, fléchez un chemin lumineux jusqu'aux toilettes ou laissez un pot dans la chambre.
- Si possible, évitez d'utiliser des couches, sauf lorsque votre enfant ne dort pas à la maison.
- Tenez un calendrier des accidents nocturnes (disponible en scannant le QR code ou à demander à votre médecin).

Scannez les QR codes pour obtenir :

- une vidéo explicative pour votre enfant,
- des informations sur les mictions nocturnes et un calendrier mictionnel à remplir.



L'énurésie nocturne isolée de l'enfant
mpedia
Vidéo



Information sur l'énurésie nocturne
SFUPA
PDF