



Les Journées Portes Ouvertes sur l'Incontinence (25 - 27 Mai 2009)

L'Énurésie

Cette émission involontaire d'urine désigne des fuites qui surviennent pendant le sommeil (nuit ou sieste) sans que l'on puisse parler d'incontinence.

L'âge de la propreté varie d'un enfant à l'autre, mais il est généralement admis qu'il commence vers 18 mois et peut aller jusqu'à cinq ans. Mais à cinq ans, 15 % des enfants ont encore des accidents "urinaires" de jour et/ou de nuit, plus ou moins fréquents. Les causes de ces troubles sont souvent intriquées, mais leur origine n'est pas purement psychologique. Dans tous les cas, ils perturbent la vie de l'enfant et il faut les prendre en charge pour ne pas risquer qu'il se replie sur lui-même.

Épidémiologie

L'énurésie est un trouble extrêmement fréquent, retrouvé chez 400 000 enfants, soit chez 5 % des enfants de plus de 5 ans et s'observe majoritairement chez le garçon.

Chez la fille, dotée d'un urètre plus court qui peut la prédisposer aux fuites, on évoque plutôt l'hypothèse d'une immaturité vésicale, responsable d'une hypercontractilité de la vessie qui déclencherait de fréquentes envies d'uriner et quelques fuites.

Signes

Dans l'énurésie vraie, les fuites surviennent la nuit alors que l'enfant ne connaît pas ce type de problème dans la journée. L'enfant se sent honteux et a tendance à se replier sur lui-même en pensant qu'il n'est pas comme les autres. Il refuse par exemple les invitations hors de son domicile.

Dans d'autres circonstances, on observe une contractilité excessive de la vessie y compris pendant la journée à mettre sur le compte d'une immaturité vésicale.

L'énurésie n'a pas de caractère de gravité, hormis quelques irritations cutanées liées à la macération de l'urine, mais perturbe la vie quotidienne d'une famille (répétition de lavages, changements de literie, inquiétude des parents) et peut susciter secondairement des problèmes émotionnels chez les enfants chez qui elle persiste plus longtemps. Le dépistage précoce de l'énurésie permet une meilleure prise en charge de l'affection et une prévention de ses répercussions.

Traitement

Il faut bien sûr éliminer une éventuelle pathologie organique sous-jacente. C'est le rôle de l'urologue ou du pédiatre qui sera consulté à cet effet.

Il est impératif de ne pas culpabiliser votre enfant qui se sent déjà honteux de mouiller son lit.

Le traitement vise dans tous les cas à renforcer sa prise de conscience du besoin d'uriner par tous les moyens ;(calendrier mictionnel, appareil faisant office de réveil placé sous l'oreiller qui détecte les premières émissions d'urine, l'obligeant à se lever pour uriner dans le cadre d'une énurésie vraie, réveils programmés, etc...).

Tous ces outils sont destinés à une prise de conscience du trouble. Il faut inclure l'enfant dans le traitement, ainsi le calendrier mictionnel peut devenir un outil ludique sur lequel il notera l'heure de chaque miction, la quantité d'urine émise à chaque fois à l'aide d'un verre gradué et les fuites éventuelles dans la journée.

Il faut éviter de lui mettre des couches qui le confinent dans une situation régressive.

S'il souffre d'immaturation vésicale, une consultation dans un service spécialisé en évaluation des troubles mictionnels et d'urodynamique de l'enfant l'aidera à repérer la sensation de besoin et permettra de différencier ce qui relève de facteurs irritatifs, voire neurologiques (vessie réflexe) ou d'une mauvaise vidange.

Quelques précautions avant le coucher sont utiles comme vider la vessie et cesser de boire deux heures avant de s'endormir. Si cela ne suffit pas, le praticien pourra à titre d'appoint pendant une période limitée lui prescrire des médicaments mais ceux-ci ne remplacent pas la nécessaire prise de conscience de l'enfant. Enfin la rééducation surtout à l'aide d'alarmes reste le traitement le plus efficace à long terme.

Pour conclure :

Comme la marche, la miction est un phénomène naturel qui se développe avec la maturation de l'enfant, mais qui peut être accompagnée. Cette fonction doit être bien comprise par les enfants, et c'est aux parents qu'il appartient de le vérifier. Si un enfant présente des troubles urinaires, il ne faut surtout pas le culpabiliser, mais plutôt rechercher l'origine de ces troubles afin d'y remédier avec les moyens adéquats.