



Einnässen – wenn das Trockenwerden länger dauert

Liebe Eltern,

Einnässen (medizinisch: **Harninkontinenz**) ist ein häufiges Thema in der kinderärztlichen Praxis – und für viele Familien mit Unsicherheit und emotionalem Stress verbunden. Wichtig zu wissen: Nur selten steckt eine organische Erkrankung dahinter. In den allermeisten Fällen ist das Einnässen Ausdruck eines noch nicht abgeschlossenen Reifungsprozesses.

Was passiert beim Trockenwerden?

Der Erwerb der Blasenkontrolle ist ein **hochkomplexer**

Entwicklungsschritt, der von vielen Faktoren beeinflusst wird – körperlich, seelisch und sozial. Entsprechend groß ist die **Bandbreite der zeitlichen Entwicklung**:

- ♦ **Bis zum 5. Lebensjahr** ist Einnässen völlig **physiologisch** - das heißt **normal**.
- ♦ Kinder brauchen **liebevolle Geduld und positive Motivation**, aber keinen Druck.



- ♦ Fördert ein gutes Setting: Töpfchen, Toilettenaufsatz, entspannte Atmosphäre.
- ♦ Kinder lernen gerne am Modell – zum Beispiel durch Beobachten von älteren Geschwisterkindern.

Zahlen & Fakten

Rund **10 % der Kinder** sind mit **7 Jahren noch nicht trocken**, Buben etwas häufiger als Mädchen.

Ab dem **Schulalter** ist dennoch eine ärztliche Abklärung und ggf. Therapie sinnvoll.

Spätestens im Schulalter oder wenn:

- das Kind **tagsüber einnässt**
- es **plötzlich wieder einnässt**, obwohl es schon trocken war
- es **Beschwerden beim Harnlassen** zeigt
- **häufiger Harnwegsinfekte** auftreten



Aktuelles rund ums Bettnässen unter www.clubmondkind.at

Miktionsprotokoll

Dein Name: _____ Nächster Termin: _____

Datum: _____ Zu-Bett-Geh-Zeit: _____ Uhr Aufsteh-Zeit: _____ Uhr

1. Tag

Weiches Getränk	Trinkmenge	Uhrzeit
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	Summe:	ml

Blasenentleerung Tag

Hammenge	Uhrzeit
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
Summe:	ml

Blasenentleerung Nacht
Pass? Hammenge Uhrzeit

	ml	
	ml	
	ml	
	ml	

Blasenentleerung nach dem Aufstehen
Hammenge Summe:

ml	ml
----	----

Darmientierung
ja ☐ nein ☐

Stuhlsymptomatik (Stuhltag)
hart ☐ weich ☐ Durchfall ☐ Stuhlschmierlen ☐ Einkoten ☐

2. Tag

Weiches Getränk	Trinkmenge	Uhrzeit
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	ml	
	Summe:	ml

Blasenentleerung Tag

Hammenge	Uhrzeit
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
ml	
Summe:	ml

Blasenentleerung Nacht
Pass? Hammenge Uhrzeit

	ml	
	ml	
	ml	
	ml	

Blasenentleerung nach dem Aufstehen
Hammenge Summe:

ml	ml
----	----

Darmientierung
ja ☐ nein ☐

Stuhlsymptomatik (Stuhltag)
hart ☐ weich ☐ Durchfall ☐ Stuhlschmierlen ☐ Einkoten ☐

Dann führen wir in der Ordination:

- eine **ausführliche Anamnese** (inkl. Miktionsprotokoll = Trink- & Harnmengen-Tagebuch)
- eine **körperliche Untersuchung** sowie
- einen **Urinbefund und Ultraschall** der Nieren und Harnwege durch

Je nach Ursache kommen unterschiedliche Therapien zum Einsatz:

- **Verhaltenstherapie** (z. B. Klingelhose oder Klingelmatratze)
- **Medikamente** – aber nur in ausgewählten Fällen
- **Begleitung und Aufklärung** – für Eltern und Kinder gleichermaßen

Dieser Beitrag wurde zusammengestellt von Prim. Dr. Roland Berger, Facharzt für Kinderheilkunde mit Schwerpunkt Nephrologie.

Prim Dr. Roland Berger bietet gemeinsam mitl Priv Doz. Dr. Krisztina Heindl-Rusai die Terminart 13 Nephrologische Begutachtungen an.

Im **Nest 13** betreuen wir Kinder mit:

- Einnässen & Blasenfunktionsstörungen
- Nierenbeckenerweiterungen
- Einzelniere
- komplizierten Harnwegsinfekten
- Hämaturie (Blut im Harn), Proteinurie (Eiweiß im Harn), Nierensteinen
- Bluthochdruck im Kindesalter

In Kooperation mit dem **St. Josef Krankenhaus** führen wir auch komplexe Untersuchungen wie die **Miktionszystourethrographie (MCU)** ambulant durch.



**Habt Ihr Fragen oder Sorgen rund
ums Einnässen?
Wir sind für euch da!**

Euer Dr. Roland Berger
Kindermedizin mit Herz und Verstand



Wir wünschen euch
einen schönen Sommer,
genießt die sonnigen
Tage!
Viel trinken nicht
vergessen und immer
auf Sonnenschutz
achten!



Nützt die infektfreie Zeit um Impfungen nachzuholen! Gerne überprüfen wir eure Impfpässe auf den aktuellen Stand. Gerne ladet uns unter untenstehenden Link Fotos von den Impfpässen in die Krankenakte eures Kindes hoch - wir melden uns zeitnahe bei euch mit einer Empfehlung bezüglich Fertigstellung von Grundimmunisierung oder Auffrischungsimpfungen bei euch!



**Impfpass
hochladen**

Und nicht vergessen - wir sind auch aus dem Ausland, nachts und an Wochenenden rund um die Uhr **telemedizinisch** erreichbar.

**24/7 Telemedizin
Termin buchen**

Kinderarzt NEST 19

Heiligenstädter Str. 46-48
1190 Wien, Österreich

Kinderarzt NEST 13

Speisinger Str. 111
1130 Wien, Österreich

24/7 Versorgung

Privatklinik Döbling/Nest 19
nachts/Wochenende

Telefon Nest 19

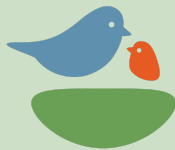
+43 1 36 739 12 10

Telefon Nest 13

+43 1 36 739 12 20

Telefon 24/7 Versorgung

+43 1 36 066 0



Termin buchen

<https://kinderarzt-nest.at>

[Impressum / Datenschutz](#)

[#FollowUs on Instagram](#)

[#FollowUs on Facebook](#)

Keine Neuigkeiten mehr erhalten?

[Newsletter abbestellen](#)