



Les fiches pratiques du réseau CATSS



ÉNURÉSIE



Définition

L'énurésie, aussi appelée « pipi au lit », désigne une miction répétée, involontaire, incontrôlable, inconsciente et le plus souvent nocturne.

Elle touche surtout les enfants et peut être :

- **Primaire** : si elle n'a pas été précédée par une période où l'enfant a été propre pendant au moins 6 mois. C'est la forme la plus fréquente. Elle représente environ 80% des cas d'énurésie.
- **Secondaire** : s'il y a eu une période où l'enfant a été propre pendant au moins 6 mois. Elle débute habituellement entre 5 et 7 ans.



Symptômes

L'enfant urine, pendant son sommeil, complètement (il vide complètement sa vessie) sans être réveillé par le besoin et donc sans s'en rendre compte. Dans la journée, il urine normalement.

L'énurésie survient chez des enfants à un âge où le contrôle des sphincters est acquis, c'est-à-dire après l'âge de 5 ans.

C'est un trouble du contrôle de la vessie qui, par ailleurs, fonctionne normalement et qui peut être un **signe révélateur d'un syndrome d'apnées du sommeil**.

Plus rare chez l'adulte, l'énurésie doit amener à consulter rapidement.



Traitement

En cas d'énurésie, le traitement varie en fonction de l'âge du patient et de la cause sous-jacente du trouble.

Pour les enfants, les traitements peuvent être divisés en 2 catégories :

- **Les traitements comportementaux** : qui reposent sur des mesures éducatives d'hygiène de vie, de relaxation, ...
- **Les traitements médicamenteux** : réservés aux situations les plus complexes et pour lesquelles les thérapies alternatives ont échoué.



Prévention

Chez l'enfant, **encouragements et modifications de quelques habitudes de vie aident la plupart du temps à diminuer l'énurésie** :

- Rassurer l'enfant
- Lui demander de boire de l'eau de façon limitée après 18h
- Ou encore l'encourager à aller aux toilettes régulièrement

Si malgré cela, l'enfant présente toujours une énurésie lors de son sommeil, une consultation médicale est recommandée.