INFO SANTÉ

Pipi au lit et perte d'urine involontaire (énurésie) chez l'enfant

paru le 15/04/2020 • adapté au contexte belge francophone • dernière adaptation de contenu le 12/04/2023

Un guide-patient est un outil réalisé pour vous aider à faire des choix pour votre santé. Il vous propose des informations basées sur la recherche scientifique. Il vous explique ce que vous pouvez faire pour améliorer votre santé ou ce que les professionnels peuvent vous proposer lors d'une consultation. Bonne lecture !

La perte d'urine involontaire chez l'enfant, qu'est-ce que c'est ?

La perte d'urine involontaire chez un enfant qui a l'âge de contrôler sa vessie s'appelle « énurésie ». Un enfant peut avoir des difficultés à contrôler sa vessie la nuit (le « pipi au lit » ou énurésie nocturne) ou la journée (énurésie diurne), ou les deux.

Généralement, avant l'âge de 1 an, quand la vessie est pleine, elle se vide par réflexe ou de manière incontrôlée. Le contrôle de la vessie se développe plus tard. La plupart des enfants contrôlent leur vessie la journée à l'âge de 4 à 6 ans. La nuit, ils arrivent à ne plus faire pipi au lit vers 5-6 ans. Mais il y a de grandes différences entre les enfants.

Pouvoir contrôler sa vessie est un apprentissage difficile pour un enfant. Beaucoup d'enfants présentent des retards ou des troubles du contrôle de la vessie.

L'énurésie peut être difficile à vivre pour l'enfant et pour ses parents, mais ce n'est pas une maladie.

Quelles sont les causes de la perte d'urine involontaire chez l'enfant ?

Souvent, le stress, les événements excitants et les changements dans la vie jouent un rôle.

Parfois, le problème est dû à une infection urinaire ou à la constipation.

L'énurésie nocturne a un caractère héréditaire, c'est-à-dire que si les parents souffraient d'énurésie dans leur enfance, leur enfant a plus de chance de présenter une énurésie.

Quelle est la fréquence de la perte d'urine involontaire chez l'enfant ?

A 5 ans, 1 enfant sur 6 n'arrive pas à contrôler sa vessie.

Vers 7 ans, un 1 sur 10 environ a encore des pertes d'urine involontaire.

Le problème peut durer jusqu'à l'adolescence et même jusqu'à l'âge adulte :

- un peu moins de 1 adolescent sur 100 continue à avoir des pertes d'urine involontaires ;
- le problème se poursuit jusqu'à l'âge adulte et touche alors environ 1 adulte sur 200.

Comment le diagnostic est-il posé ?

Votre médecin pose le diagnostic d'énurésie sur la base :

- de vos explications ;
- d'examens complémentaires comme :

- une analyse d'urine,
- une échographie des voies urinaires,
- et rarement une mesure du débit urinaire.

L'avis d'un spécialiste est parfois nécessaire dans le cas de pertes d'urine involontaires en journée.

Que pouvez-vous faire ?

En cas d'énurésie la journée

- Encouragez votre enfant.
- Ne soyez pas déçu ou fâché si cela ne marche pas immédiatement. Ne grondez pas l'enfant.

En cas d'énurésie la nuit

- Un enfant peut faire pipi au lit jusqu'à l'âge de 5-6 ans. C'est normal.
- Encouragez votre enfant après une nuit où il est resté sec.
- Ne soyez pas déçu ou fâché si cela ne marche pas immédiatement. Ne grondez pas l'enfant.

Que peut faire votre médecin ?

Votre médecin peut éventuellement vous prescrire une alarme énurésie, appelée aussi alarme « pipi-stop ». Elle s'utilise généralement la nuit. Il est important que votre médecin vous explique clairement comment utiliser l'alarme.

- Le capteur de l'alarme est placé dans le lit ou dans les vêtements de l'enfant.
- Le capteur est relié à un appareil.
- Quand l'enfant commence à faire pipi, le capteur est mouillé.
- L'appareil repère que le capteur est mouillé. Il déclenche alors une sonnette.
- L'enfant est réveillé et il peut aller aux toilettes, s'il n'a pas éliminé toute l'urine.
- Après le réveil, les draps et les vêtements mouillés sont changés.
- Il est utile d'avoir un deuxième capteur en réserve pour le reste de la nuit. Ainsi, si l'enfant doit encore faire pipi, il sera de nouveau réveillé.
- Essayez de faire le lit avec votre enfant, et montrez-lui comment vous installez l'alarme. Il comprend ainsi comment elle fonctionne.

Cette méthode devrait apprendre à l'enfant à se réveiller et aller aux toilettes quand il a besoin de faire pipi. Pour appliquer cette méthode, il est important que l'enfant et les parents soient suffisamment motivés.

Si, au bout de 6 semaines, l'alarme énurésie n'a donné aucun résultat, ne l'utilisez plus pendant 4 à 6 mois. Ensuite, vous pouvez à nouveau essayer.

Il est aussi utile de noter sur un carnet combien de fois l'alarme a sonné chaque nuit.

Si l'alarme énurésie ne donne pas de résultats, votre médecin peut vous prescrire un médicament (desmopressine).

En cas de pertes d'urine involontaires pendant la journée, l'avis d'un médecin spécialiste des voies urinaires (urologue) est généralement nécessaire. Il réalise des examens complémentaires, par exemple une échographie des voies urinaires.

En savoir plus ?

- Apprentissage de la propreté – Naître et grandir

- L'analyse d'urine expliquée aux enfants – Sparadrap
- L'échographie expliquée aux enfants – Sparadrap
- Mon enfant va passer une échographie – Sparadrap

- Desmopressine – CBIP – Centre Belge d'Information Pharmacothérapeutique

Sources

- Guide de pratique clinique étranger 'Énurésie chez l'enfant' (2000), mis à jour le 02.02.2017 et adapté au contexte

belge le 27.06.2017 – ebpracticenet
- Nocturnal enuresis in children: Etiology and evaluation, mis à jour le 21.11.2022, consulté le 12.04.2023 – UpToDate