

# Frågor och svar om sängvätning

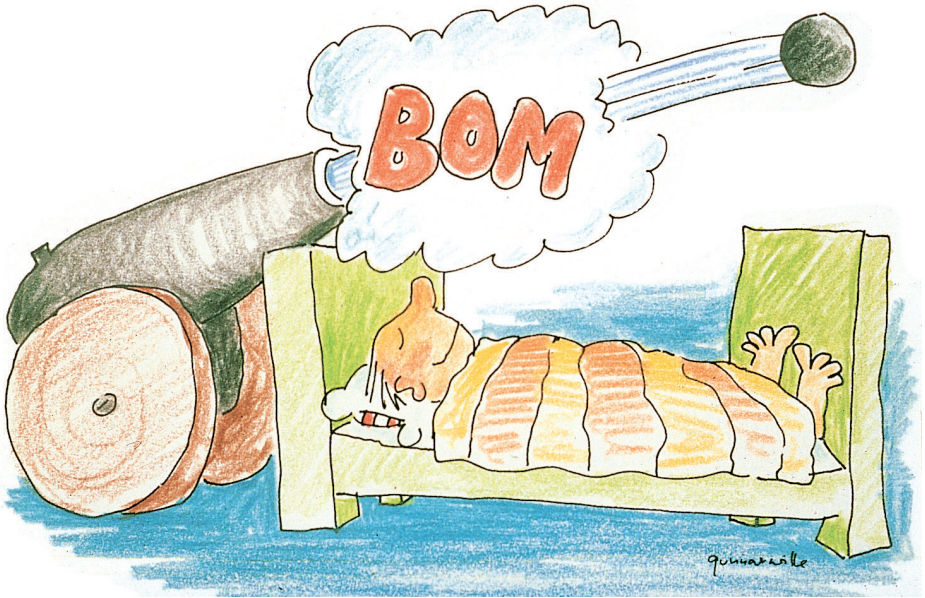
*Broschyren är utgiven av Svenska Enuresakademien*



## Hur vanligt är sängvätning?

De flesta barn blir torra i 2–3 årsåldern, i regel tidigare på dagen än på natten. Den medicinska termen för sängvätning hos ett barn som är fem år eller äldre är enures. Ungefär var femte 5-åring och var tionde 7-åring lider av enures. Det är dubbelt så många pojkar som flickor som har besvär. I tonåren förekommer sängvätning hos 1–2 %.





## Vad är orsaken till sängvätning?

Det är fortfarande delvis oklart varför en del barn och vuxna med enures inte vaknar när de behöver kissa. Men forskningen går framåt och under de senaste åren har vår kunskap ökat mycket. Att ärftliga mekanismer är inblandade är väl känt. Problemet finns ofta i släkten.

Sängvätning är nästan aldrig psykiskt orsakad. Barn som kissar i sängen är precis som andra barn, men problem kan uppstå på grund av sängvätningen. Barnen är oroliga för att tala om det för kamraterna och vågar t ex inte sova över, drar sig för att åka på läger, etc. Detta kan leda till sämre självförtroende.

Det är vanligt att föräldrar tycker att deras sängvätande barn sover djupare än andra. Forskning har visat att de är mer svårväckta.

En del sängvätande barn producerar dock mer urin på natten än andra barn i samma ålder och ibland mer än vad urinblåsan kan rymma. Ytterligare en anledning till sängvätning kan vara att urinblåsan har för lätt att dra ihop sig, oavsett om den är full eller inte. Barnet kan då ibland ha kissproblem också på dagen och i enstaka fall också återkommande urinvägsinfektioner.

## Vilka undersökningar görs på mottagningen?

Barn med sängvätning bör träffa en läkare, uroterapeut eller specialintresserad sjuksköterska innan behandling inleds. Läkaren eller sköterskan tar reda på fakta om barnets utveckling och eventuella sjukdomar, om barnet är förstoppat, om det finns några problem med kissandet på dagen eller andra faktorer som kan förklara enuresen. Därefter görs ofta en vanlig kroppsundersökning och urinprov kontrolleras. Många barn får dessutom fylla i en dagbok över hur de dricker och kissar under ett par dagar.

## Vad kan man göra själv?

Före sex års ålder behandlas oftast inte sängvätning därför att många fortfarande blir torra spontant. Det är också så att enures sällan är ett bekymmer i den åldern. Det är viktigt att klargöra att det inte är barnets fel att hen kissar på sig. En öom

madrass som är lätt att rengöra kan underlätta för familjen eller att få lakansskydd med stor uppsagningsförmåga utskrivet.

Att hindra barnet från drickande botar inte sängvätningen, men det är klokt att hålla ner mängden dryck på kvällen, speciellt före läggdags. Om det finns samtidiga kissproblem dagtid är det viktigt att barnet har regelbundna kiss- och bajsvanor.



# Vilka behandlingsmetoder finns?

Det finns i huvudsak två metoder för behandling av sängvätning – larm och läkemedel.

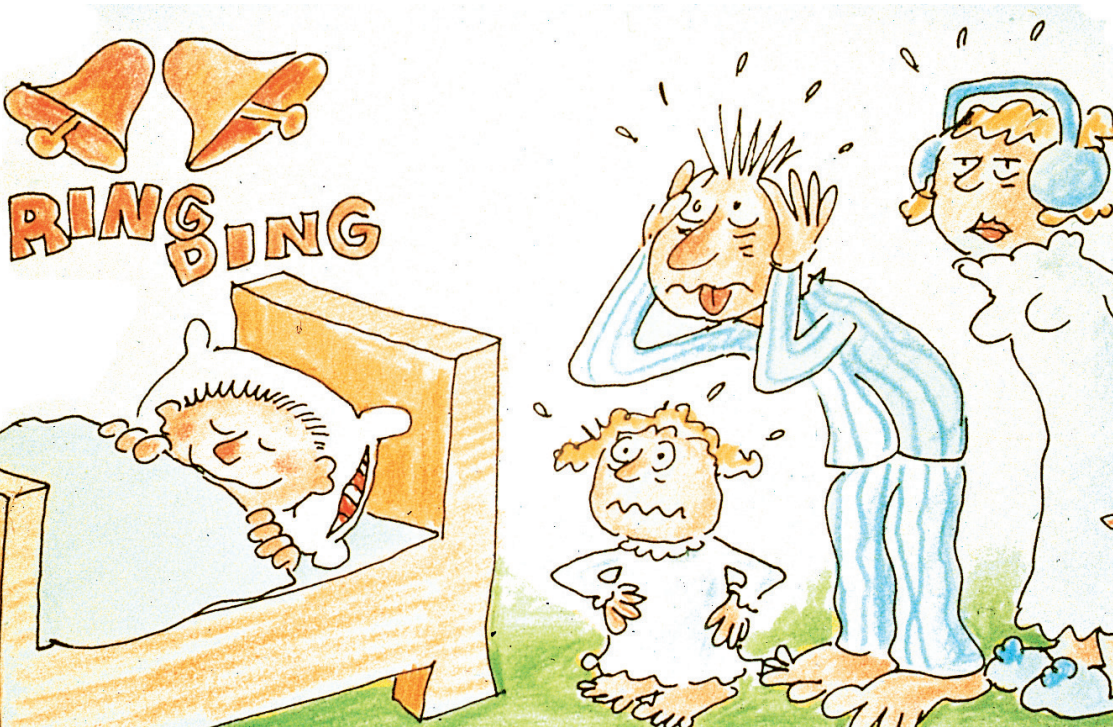
## Larmbehandling

Enureslarm är en behandling som kan ha bra effekt vid sängvätning. Det fordras dock både engagemang och uthållighet från barn, familj och behandlande läkare/sjuksköterska/uroterapeut.

Metoden tros hjälpa hjärnan att även under sömn uppfatta urinblåsans signaler, så att barnet antingen vaknar och går upp för att kissa eller håller sig till morgonen.

Larmet sätts igång av första droppen kiss. Då är det meningen att barnet ska sluta kissa, vakna/väckas, stiga upp, gå på toaletten och kissa färdigt där.

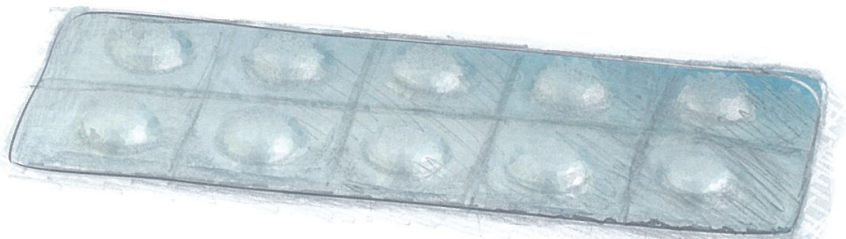
I början av behandlingen kan det vara svårt för barnet att vakna och apparaten väcker istället resten av familjen. Föräldrar måste alltså vara beredda att väcka barnet direkt när larmet har utlöst. När allt fungerar blir torra nätter allt vanligare. Larmet behålls tills barnet haft två helt torra veckor. Vid återfall rekommenderas en ny behandlingsomgång.



## Läkemedel

Genom tiderna har ett flertal läkemedelsbehandlingar prövats. Idag finns det receptbelagda mediciner som används vid sängvätning.

Olika läkemedelsföretag tillhandahåller desmopressin som är ett lämpligt läkemedel vid sängvätning. Det är mycket likt kroppens eget hormon vasopressin, som får njurarna att minska urinproduktionen. Om det ges på kvällen kan det ofta göra att natten blir torr. Medicinering ges antingen kontinuerligt varje kväll, eller också bara vid speciella tillfällen, som när barnet sover över hos kompisar eller ska på lägervistelse.



# Sammanfattning

Många barn har problem med sängvätning upp i skolåldern. Ofta finns kissproblem i släkten. Sängvätning både kan och bör behandlas. Det finns hjälp att få för alla.

De vanligaste behandlingarna är larm och läkemedel. Lämplig ålder att starta är runt 6 år. Barnet och familjen väljer tillsammans med läkaren lämpligaste behandling i varje enskilt fall. Om denna inte är framgångsrik, byt till den andra metoden eller kombinera båda.

Ge inte upp om varken larm eller läkemedel haft effekt:

- Ungefär 15 % av barn med sängvätning bli torra spontant varje år.
- En ny behandlingsomgång senare kan mycket väl ha effekt.
- Kostnadsfria hjälpmedel som lakansskydd kan förskrivas av bl a distriktssköterska
- Ytterligare behandlingar kan erbjudas vid specialistmottagningar för barn runt om i landet

Det är viktigt att aldrig straffa eller fördöma ett barn som kissar i sängen. Barnet bör istället berömmas för sin medverkan i behandlingen och att stärka barnets självförtroende gör det lättare för barnet att bli torrt.

Besök även: [www.tornatt.nu](http://www.tornatt.nu) och [www.svenskaenures.se](http://www.svenskaenures.se)



[www.tornatt.nu](http://www.tornatt.nu)  
[www.svenskaenures.se](http://www.svenskaenures.se)



*Frågor och svar om sängvätning ingår i Svenska Enuresakademien (SEAs) skriftserie.*

*Svenska Enuresakademien bildades 1993 som en medicinsk expert- och referensgrupp för frågor kring enures och inkontinensproblematik hos barn och ungdomar. Ledamöterna representerar allmän pediatrik, skolhälsovård, barnneurologi/habilitering, barnnefrologi, barnurologi, barnpsykiatri, vuxenurologi, njur- och neurofysiologi, uroterapi och farmakologi.*

*För ytterligare information om Svenska Enuresakademien, SEA, och dess olika verksamheter, kurser, informationsblad, SEAs stipendier, se SEAs hemsida, [www.svenskaenures.se](http://www.svenskaenures.se)*



Ferring Läkemedel AB, Box 4041, 203 11 Malmö  
Tel: 040-691 69 00. [www.ferring.se](http://www.ferring.se)