

HALLO DU!	7
BLUMEN GIESSEN	9
Ninos Traumlied	14
Gewusst wie!	16
ALLES ÜBER DAS KLEINE GESCHÄFT UND DAS NASSE BETT	17
MIT-MACH-SEITEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE	35
Dein Pipikalender	36
Wie pieselst du am liebsten?	38
Welcher Pieseltyp bist du?	39
Wie sieht dein Pipi aus?	40
Was trinkst du?	41
Wie fühlst du dich?	42
Was stört dich am meisten?	43
Was bekümmert dich besonders?	44
Was denkst du?	45
Wie oft hast du ein trockenes Bett?	46
Was hast du bereits unternommen?	47
Wie wäre ein trockenes Bett?	48
Welche Hürden sind zu überwinden?	49
Welche Fähigkeiten könnten dir helfen?	50
Welche Fähigkeiten anderer könnten dir helfen?	50
SACHINFORMATIONEN FÜR ELTERN	51
Wann kann ein Kind nachts trocken sein?	52
Wann spricht man von nächtlichem Einnässen?	53
Welche Erscheinungsformen des nächtlichen Einnässens gibt es?	53
Welche Formen der funktionellen Harninkontinenz gibt es?	54

Ist nächtliches Einnässen eine Krankheit?	57
Wie viele Kinder sind betroffen?	57
Welche Ursachen sind bekannt?	57
Ursache: Vererbung	57
Ursache: Aufwachstörung	58
Ursache: Unzureichende Unterdrückung des Blasenentleerungsreflexes	58
Ursache: Mangelnder Anstieg von ADH in der Nacht	58
Ursache: Psychosoziale Faktoren	58
Ursache: Ungünstige Trinkgewohnheiten	58
Ursache: Motorische Entwicklungsunreife	59
Wann und wozu soll ein Arzt/eine Ärztin aufgesucht werden?	59
Wie können sich Eltern darauf vorbereiten?	59
Was geschieht beim Arzt/bei der Ärztin?	60
Teil 1: Krankheitsgeschichte erfragen	60
Teil 2: Blasentagebuch erklären und führen lassen	64
Teil 3: Körperliche Untersuchung durchführen	64
Teil 4: Urin untersuchen	65
Teil 5: Ultraschalluntersuchung	65
Welches Behandlungsziel wird angestrebt?	66
Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?	66
Intervention: Basistherapie	66
Intervention: Alarmtherapie	67
Intervention: Medikamentöse Behandlung	68
Intervention: Psychotherapie	69
Intervention: Psychologische Beratung und Behandlung	69
Intervention: Laserakupunktur	69
Intervention: Hypnotherapie	69
Intervention: Homöopathie	70
Intervention: Ergotherapie	70
Intervention: Physiotherapie	70
Intervention: Osteopathie	70
Intervention: Pädagogische Praxis für Kindesentwicklung (PäPKI)	70

12 Tipps, die den Alltag erleichtern	71
1. Loben Sie richtig	71
2. Bleiben Sie gelassen	71
3. Organisieren Sie sich gut	71
4. Lassen Sie Ihr Kind mithelfen	71
5. Saughosen können entlasten	71
6. Achten Sie auf die Zeit	72
7. Verbünden Sie sich gegen das Problem	72
8. Gemeinsames Schimpfen erleichtert	72
9. Halten Sie sich an die Fakten	72
10. Sie alle sind SpezialistInnen	72
11. Sprechen Sie darüber	72
12. Fragen Sie um Hilfe	72
Was ist, wenn ...?	73
... mein Kind aus Scham beim Arzt/bei der Ärztin schweigt?	73
... mein Kind die Psychotherapie/psychologische Behandlung verweigert?	73
... mein Kind die nassen Sachen versteckt?	73
... mein Kind ausschließlich zu Hause einnässt?	73
... das Einnässen einfach nicht besser wird?	73
SACHINFORMATIONEN FÜR PSYCHOLOGINNEN UND PSYCHOTHERAPEUTINNEN	74
Hartnäckige Probleme	74
Kompetenzen entdecken	74
Klarheit schaffen	74
Sackgassen meiden	75
Schrittweise vorwärts	75
Veränderungswunsch und Entschlossenheit	76
Sich an kleinen Veränderungen erfreuen	76
Externalisierende Elemente	77
Muster erkennen	77
Ausnahmen erinnern	78
Paradoxe Elemente	78

Veränderungsprojekt entwickeln	78
Ressourcenorientierung	79
Bewährtes fortsetzen	79
Rückfälle umdeuten	79
Effekte des Problems	80
Haltung gegenüber dem Problem	80
Bewährte hypnotherapeutische Elemente	80
Die Blase beauftragen	80
Urinstrahl-Stopp-Geschichte	80
GLOSSAR	81
WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN	84
Ansprechpartner	84
Literatur	84