

MOUILLER SON LIT

TEST VRAI-FAUX

Répondez vrai ou faux pour savoir jusqu'à quel point vous comprenez les troubles associés à l'énurésie.

1. **Vrai ou Faux :** Si j'ai mouillé mon lit lorsque j'étais jeune, mon enfant possède un risque accru de le mouiller également.

Vrai. Il existe une forte composante génétique à l'énurésie nocturne ; ainsi, si vous avez mouillé votre lit dans votre enfance, il y a un risque plus grand pour que votre enfant le mouille également. Alors que 15 % des enfants de 5 ans sans antécédents familiaux mouillent leur lit, ce risque peut monter jusqu'à 85 % si les deux parents étaient énurétiques dans leur enfance.

2. **Vrai ou Faux :** Les enfants qui mouillent leur lit n'ont pas d'autre option que d'attendre que le problème passe avec le temps.

Faux. On estime que 85 % des enfants qui mouillent leur lit auront encore ce problème l'année prochaine. Mais cela ne veut pas dire que vous devez passer votre temps à laver des draps imbibés d'urine jusqu'à ce que le problème disparaisse enfin. Il y a un certain nombre de manières de diminuer efficacement le nombre de nuits mouillées ou même les éliminer complètement.

3. **Vrai ou Faux :** Menacer de retirer les périodes de temps consacrées à regarder la télévision constitue une bonne méthode pour que votre enfant cesse de mouiller son lit.

Faux. L'énurésie nocturne est un désordre physique sur lequel votre enfant n'a pas de contrôle. Et il s'agit également d'un désordre qui lui fait probablement ressentir beaucoup de stress. Des menaces de punition pour avoir mouillé le lit ne l'amèneront pas à rester sec, mais elles peuvent empirer ses sentiments face à ce problème.

4. **Vrai ou Faux :** L'énurésie nocturne peut affecter les résultats scolaires de mon enfant.

Vrai. Les enfants qui souffrent de problèmes énurétiques chroniques se considèrent souvent moins compétents à l'école que les autres enfants. Et lorsqu'il s'agit de l'éducation, une attitude de « je ne suis pas capable » peut devenir une prophétie autoréalisatrice. Il se peut également que la perte de sommeil contribue à ce que votre enfant éprouve de la difficulté à concentrer son attention et à se souvenir de nouvelles leçons.

5. **Vrai ou faux :** Les enfants qui mouillent leur lit ne peuvent passer la nuit chez des amis ni aller à des camps de vacances.

Faux. Bien que votre instinct, comme parent, serait peut-être de garder votre enfant à la maison pour lui éviter d'éprouver l'embarras provoqué par un accident en présence de ses amis, il existe des moyens pour permettre les nuits à l'extérieur, tels que des médicaments qui ralentissent la production nocturne d'urine de sorte que l'enfant puisse s'éveiller dans un lit sec le matin.

6. **Vrai ou faux :** Je peux faire porter des couches à mon enfant jusqu'à ce qu'il ne se soit débarrassé du problème par lui-même avec le temps.

Faux. La Société canadienne de pédiatrie recommande que les enfants de plus de 5 ans qui continuent à mouiller leur lit régulièrement ne portent plus de couche.