



Bettnässen: ein Indikator für seelischen Überdruck

Anregungen für eine naturheilkundliche Therapie der Enuresis nocturna

„Die menschliche Natur gleicht einem Wasserstrudel. Öffnet man ihm einen Ausweg nach Osten, so fließt das Wasser ostwärts; öffnet man ihm einen Weg nach Westen, so fließt es westwärts“, sagt der chinesische Weise Mengzi.

Um ein sensibles Verständnis für das Krankheitsbild Bettnässen zu entwickeln, ist es hilfreich, sich eine wesentliche Eigenschaft des Wasser wieder ins Gedächtnis zu rufen: Wasser besitzt die Tendenz, vom Ort des größeren Drucks zum Ort des geringeren Drucks zu fließen. Betrachtet man das Individuum als eine psychophysische Einheit, in dem Seele und Körper viel weniger getrennt sind, als die Sprache es vermuten lässt, wird bald spürbar, dass nächtliches Bettnässen die Funktion eines Überdruckventils besitzt. Dies geschieht somatisch wie psychisch: Wenn die Blase zu voll wird, läuft sie aus. Der Körper, der ja nichts anderes tut, als eine Indikatorfunktion für seelische Vorgänge zu übernehmen und um eine ständige Homöostase der psychophysischen Prozesse bemüht ist, erlaubt sich in der Nacht ein totales Loslassen. Wenn für den Betroffenen über Tag der Druck und die Kontrollmechanismen zu groß geworden sind, lässt er in der Nacht alles laufen.

Natürlich gibt es „körperliche“ Ursachen für Enuresis nocturna wie Fehlanlagen des Schließmuskels, Ureterfehlmündung (bei Mädchen) oder Entwicklungsverzögerungen des Zentralnervensystems mit mangelnder Ausreifung der Hypophysenfunktion, ungenügende ADH-Produktion während der Nacht etc.

Kinder lernen etwa ab dem zweiten Lebensjahr, ihre Blase zu kontrollieren, doch bei jedem Kind braucht es individuell lange, bis dieser Reifungsprozess abgeschlossen und die Tage – und vor

allem Nächte – trocken sind. Wenn ein Kind nach dem fünften Lebensjahr immer noch einnässt oder wieder einzunässen beginnt, nachdem es schon länger als ein halbes Jahr nachts trocken war, sind im Hintergrund meistens Belastungssituationen, eine schwere Erkrankung oder familiäre Krisen zu beobachten.

Bettnässen ist ein psychisches Signal: „Etwas stimmt nicht.“ Die seelische Balance ist aus dem Gleichgewicht geraten. Das kann durch berufliche Probleme, Verlust eines Familienmitglieds, Streitigkeiten oder Trennung in der Familie, Umzug und Verlust der gewohnten Umgebung oder spezielle Stresssituationen ausgelöst werden.

Die Industrie hat sich für die Lösung des feuchten Problems einige Maßnahmen einfallen lassen, die unter dem Begriff „apparative Konditionierungsbehandlung“ subsumiert werden. Dazu gehören die „Klingelmatte“ oder die „Klingelhose“, die sich des Nachts durch einen lauten Ton melden, wenn die ersten Urintropfen abgehen. Da hat wohl der Pawlow'sche Hund Pate gestanden ...

Die von der Schulmedizin angebotene medikamentöse Therapie ist ebenfalls mit Vorsicht zu genießen. Symptombekämpfung ermöglicht der Wirkstoff Desmopressin, eine synthetisch hergestellte Substanz, die dem körpereigenen Hormon Vasopressin (ADH) ähnlich ist. Sie verringert die Harnbildung während der Nacht und wirkt vor allem bei bettnässenden Kindern mit ADH-Mangel. Bei Übernachtung in fremden Betten, bei Freunden oder im Urlaub ist der Einsatz von Desmopressin vertretbar, das Problem lösen kann die Substanz jedoch nicht. Manche Ärzte verschreiben das trizyklische Antidepressivum Imipramin. Aber auch so lässt sich der Kummer nicht heilen, zumal das Präparat sich schädigend auf das „Herz“ auswirken kann – man beachte den Doppelsinn! –, so dass man in den letzten Jahren wieder Abstand davon nahm.



Ein ganzheitlicher Behandlungsansatz sollte die Enuresis nocturna weniger als körperliches, denn als psychisches Symptom wahrnehmen. Feinstofflichere Behandlungsformen wie Komplexhomöopathie, Pflanzenheilkunde und Farb-punktur sind wesentlich passendere Maßnahmen, ein so sensibles Krankheitsbild wie die Enuresis zu behandeln, als Hormonsubstitution oder gar ein Psychopharmakon.

Ein gut geeignetes Präparat ist das homöopathische Komplexmittel **Ursinol®**. Es enthält die drei arzneilich wirksamen Bestandteile *Chimaphila umbellata* (Winterlieb), *Populus tremuloides* (Zitterpappel) und *Serenoa repens* (Sägepalme, auch als *Sabal serrulata* bekannt), jeweils zu gleichen Teilen als Dilution D2. Das für die Indikation „Blasentleerungsstörungen“ zugelassene Arzneimittel ist eine Kombination von drei klassischen „Blasenpflanzen“.



Chimaphila, das Winterlieb, haben bereits die Amerikaner Nordamerikas bei Harnbeschwerden eingesetzt.



Das Gefühl einer zu vollen Blase, „häufiges Harnlassen nachts, mit Schwäche“ (Stauffer) gehören zu den Leitsymptomen. Die Wirkung von *Chimaphila* lässt sich wohl am besten mit „regulativ“ wiedergeben. Die Pflanze besitzt eine normative Kraft bei Blasentleerungsstörungen

vieler Art, wo sie die natürliche Balance von Harnretention und Harndrang wiederherstellt. Paracelsus setzte *Chimaphila* „zum Stopfen der Bauchflüsse“ ein, was immer er damit gemeint haben mag, und Madaus empfiehlt sie in der Behandlung des nächtlichen Harndranges, der u.a. auch durch eine unzureichende Produktion des Antidiuretischen Hormons (ADH) während des Schlafes verursacht werden kann.

Populus tremuloides hat den unkontrollierten Verlust und die sehr reichliche Absonderung von Urin unter seinen Leitsymptomen. Eltern von betroffenen Kindern kennen den Begriff „schwimmendes Bett“, wenn ein Kind in der Nacht viel Harn verloren hat. Unter den Gemütssymptomen findet sich die „allgemeine nervöse Erregung“, ein Hinweis auf die sanft sedierende und ausgleichende Wirkung dieses Mittels auch auf das psychische Befinden.

Serenoa repens fällt durch seine Gemüts-symptome auf. Dazu zählen Schwermut, Niedergeschlagenheit, Reizbarkeit und Benommenheit. Daneben gehören Enuresis und Harninkontinenz zu seinen zentralen klinischen Symptomen. Die Arzneimittelprüfung von *Serenoa* zeigte ausgeprägte Reaktionen im Urogenitalbereich. Ein Prüfer beschrieb sein Harnsymptom mit folgenden Worten: „Fürchtet sich davor einzuschlafen aus Angst, etwas könne geschehen; fährt mit dieser Furcht aus dem Schlummer auf.“ Der Homöopath Hale berichtet, dass *Serenoa* alte Fälle von Inkontinenz nachhaltig geheilt habe.

Die Erwachsenenendosis von **Ursinol®** kann bis zu 3 x täglich 20–30 Tropfen betragen. Als Kindermittel muss man die Dosis etwas reduzieren. 3 x täglich 5–10 Tropfen sind ausreichend, es können auch 1 x täglich 10 Tropfen vor dem Schlafengehen genügen. Gute Ergebnisse lassen sich erzielen, wenn man **Ursinol®** als das Standardpräparat für Blasentleerungsstörungen mit einem „psychosomatischen“ Mittel sowie einer Therapie über die Akupunkturpunkte kombiniert.



Wenn sich ein Kind zu stark unter Druck fühlt, bedeutet das auch ein Gefühl von Ungeborgenheit und nicht genügend Aufgehobensein in seiner Existenz. Es hat Angst, die Dinge „nicht richtig“ zu machen, ungenügend zu sein und den Erwartungen nicht zu entsprechen. Wenn Eltern sehr ungehalten auf die nächtlichen Überschwemmungen reagieren, verstärken sie im Kind das Gefühl des Abgelehntwerdens und damit auch die Symptomatik. Ein Kind, das auch mit fünf, sechs oder mehr Jahren nachts noch ins Bett macht, braucht gerade das Gegenteil von Ungehaltensein und Schelten, nämlich ein tiefes Gefühl von „In Ordnung“- und Angenommensein, wie es nur eine Mutter spenden kann, die ihr Kind mit all seinen Schwächen und Unvollkommenheiten liebt. Die botanische Bezeichnung der Kamille, *Matricaria chamomilla*, leitet sich vom lateinischen Wort *mater* – Mutter ab. Jeder hat als Kind die Erfahrung gemacht, dass eine fürsorgliche Mutter einen Kamillentee kocht, wenn ihr Kind mit Bauchweh im Bett liegt – ist doch Bauchweh für Kinder der psychosomatische Ausdruck von „Seelenschmerz“. Kamille ist wie kaum eine andere Pflanze in der Lage, kindlichen Kummer zu heilen, welchen Ursprung er auch immer haben mag. Die Chamomilla Urtinktur ist wegen ihrer starken psychotropen Wirkung ganz besonders in der Lage, seelische Verkrampfungen zu lösen und wieder ein Gefühl von Geborgenheit zu vermitteln. Als Dosierung empfehlen sich je nach Lebensalter 2 x täglich 1–3 Tropfen.

Die Farbpunktur nach Peter Mandel ist ein wunderbares Behandlungsverfahren für Kinder. Sie arbeitet sanft, tut nicht weh und die Kinder haben in der Regel viel Spaß an dem bunten Licht. Es empfiehlt sich das Behandlungsschema „Endokrine Insuffizienz I“ mit folgender Vorgehensweise:

Grundbehandlung:

1. Vertikaler Ausgleich Yin-trang – KG 3, Farbe: blau, Yin-trang; orange, KG 3; Flachfokus 10 Min.

2. Grundzonen der Farben, Flachfokus 10 Min.
3. BI 31 – GG 16, Farbe: rot – blau, Flachfokus 10 Min.
4. Hypophysenpunkt der Fußreflexzonen-therapie, Farbe: orange, Pyramidenfokus 3 Min.

Ab dem 5. Lebensjahr können bestimmte Akupunkturpunkte mit nichtinvasiven Reiztechniken wie Softlaser oder berührungsloser Moxibustion behandelt werden. Letzteres Verfahren kann man auch in Form einer Infrarotwärmeapplikation durchführen (1–2 Sekunden pro Punkt). Die Anwendung sollte zwei bis drei Mal pro Woche oder über eine gewisse Zeit sogar täglich erfolgen. Infrage kommende Punkte sind Ren 2, 3 (ventral oberhalb des Os pubis), BI 28 (dorsal in Höhe der Spina iliaca posterior superior; Rücken-Shu-Punkt der Blase), Ni 3 (Yuan-/Quellpunkt der Niere bds. zwischen Malleolus medialis und Achillessehne), Mi 6 eine Querhand oberhalb des Malleolus medialis, hinter der Tibiakante (sementaler Meister der Blase).

Nach der chinesischen Ernährungstherapie haben Nahrungsmittel wie Milch oder Orangensaft einen kühlenden Charakter. Sie können die Reifung der Blasenfunktion verzögern bzw. behindern und sollten daher vom Speiseplan genommen werden.

Mindestens so wichtig wie Medikation und Akupunkturtherapie ist ein ausführliches Gespräch mit den Eltern und die Klärung ihrer Einstellungen und ihres Verhaltens zum Thema Sauberkeit und Sauberwerden des Kindes sowie ihrer offenen und verdeckten Reaktionen darauf, wenn wieder mal etwas „schiefgegangen“ ist. Beratende „druckentlastende“ Gespräche können Eltern helfen, ihre Fokussierung und die des Kindes auf das Symptom Bettnässen abzubauen und einen gelasseneren Umgang mit den nächtlichen Überschwemmungen zu lernen. Je mehr sie sich und ihrem Kind den Druck nehmen können und dem Kind ein Gefühl des Angenommen- und In-



Ordnung-Seins vermitteln, desto schneller erübrigt sich die Überdruckreaktion des nächtlichen Einnässens.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur

Jürgen Sökeland, Harald Schulze, Herbert Rübber: „Urologie“, Thieme Verlag, Stuttgart 2004

Ruediger Dahlke: „Krankheit als Symbol - Ein Handbuch der Psychosomatik“, Bertelsmann Verlag, München 2002

Rudolf Klußmann: „Psychosomatische Medizin“, Springer Verlag, Berlin und Heidelberg 1998

Die homöopathischen Einzelmittel wurden repertorisiert nach:

a) Der Neue Clarke. Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker. 6418 Seiten. Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

b) Karl Stauffer: Klinische Homöopathische Arzneimittellehre. Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

c) William Boericke: Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen. Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Roger Kalbermatten: „Wesen und Signatur der Heilpflanzen-Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen“, AT Verlag, Aarau 2002

Peter Mandel: „Praktisches Handbuch der Farbpunktur“, Energetik Verlag, Bruchsal 1991

Hildebert Wagner, Magnus Wiesenauer: „Phytotherapie, Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathica“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart 2003

Gerhard Madaus: „Lehrbuch der Biologischen Heilmittel“, Medimed Verlag, Ravensburg 1989

W. Dorsch, F. C. Sitzmann: „Naturheilverfahren in der Kinderheilkunde“, Hippokrates Verlag, Stuttgart 1998

Information des pharmazeutischen Unternehmers zu dem im Beitrag genannten Arzneimittel

Ursinol®

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Arzneilich wirksame Bestandteile nach Art und Menge: Chimaphila umbellata Dil. D2 3,34 g, Populus tremuloides (HAB 34) Dil. D2 (HAB; Vorschrift 3a) 3,33 g, Serenoa repens Dil. D2 3,33 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Blasenentleerungsstörungen. **Gegenanzeigen:** Ursinol® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Wegen des Alkoholgehaltes soll Ursinol® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen zu Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, sollte Ursinol® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Ursinol® soll bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden.

Wechselwirkungen mit anderen Mitteln: Bisher keine bekannt. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweis:** Enthält 70 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Bisher sind keine Nebenwirkungen bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße, Preis und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, N1-50 ml, € 12,92 (empf. AVP inkl. MwSt.) PZN 4682077.

Weitere Informationen:

- Sonderdruck(e)
- Flyer
- Patienten-Ratgeber

Steierl- Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 -0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

Internet: www.steierl.de eMail: info@steierl.de

Sie erreichen uns gebührenfrei auch unter der Rufnummer 0800 - 933 0 933.