



Perdita di urina nel sonno

L'enuresi notturna consiste nella **perdita di urina durante il sonno**. Questo disturbo, abbastanza frequente nei bambini con meno di cinque anni di età, può manifestarsi anche in età adulta. Possono esserci diverse cause sia fisiche sia psicologiche: vediamo quindi i principali fattori di rischio della perdita di urina nel sonno.

Nei bambini che hanno già raggiunto la continenza notturna e che ritornano a bagnare il letto e negli adolescenti **le cause dell'enuresi notturna** sono spesso psicologiche: tensioni e continui litigi in famiglia, un cambiamento importante come la nascita di un fratellino, problemi a scuola (come per esempio eventi spiacevoli o episodi di bullismo), abusi fisici o psicologici.

Negli adulti questo disturbo risulta più raro ed è legato a cause sia psicologiche che organiche. Un ulteriore **fattori di rischio delle perdite di urina nel sonno** è legato ad un fattore genetico: chi ha avuto uno o entrambi i genitori enuretici è più portato a soffrire di questo disturbo, soprattutto durante l'infanzia.

Una delle **cause organiche delle perdite di urina nel sonno** è poi costituita da un fattore ormonale: alcune persone, infatti, soffrono di Diabete Insipido patologia legata alla carenza dell'ormone ADH, che ha il compito di ridurre la produzione di urina durante le ore notturne: questi soggetti, producendo una quantità maggiore di urina durante le ore notturne, sono più soggetti a episodi di perdita di urina nel sonno.

Se il paziente adulto ha perso da poco tempo il controllo della minzione nelle ore notturne le possibili cause potrebbero anche risiedere in particolari situazioni di stress emotivo e di ansia, l'assunzione di diuretici, sonniferi, alcol o caffeina e il diabete.

E' possibile però che gli episodi di incontinenza non siano legati solamente alle ore notturne: in questo caso il fattore scatenante del problema potrebbe essere un'infezione urinaria, l'ipertrofia della ghiandola prostatica oppure un problema neurologico che causa la perdita del controllo nervoso sullo stimolo della minzione configurando questi casi come una vera e propria incontinenza urinaria.

Per le donne ulteriori fattori di rischio sono costituiti da gravidanza e menopausa: nel primo caso l'utero ingrossato tende a premere sulla vescica e può provocare delle fuoriuscite improvvise di urina, mentre nel secondo caso il calo ormonale determinato dalla menopausa può determinare una perdita di elasticità della muscolatura pelvica e della vescica, che a volte dà luogo ad episodi di **incontinenza notturna e diurna**.

E' leggermente diverso il discorso sull'**enuresi notturna nelle persone anziane**: in questo caso uno dei principali **fattori di rischio delle perdite di urina di notte** è la perdita di tonicità della muscolatura del pavimento pelvico e degli sfinteri. Negli anziani, inoltre, questo disturbo può essere una conseguenza di malattie come il morbo di Alzheimer e la demenza senile, che causano una perdita di controllo neurologico sullo stimolo ad urinare.