

Kinderbekkenfysiotherapie

Zindelijk worden gaat meestal vanzelf. De meeste kinderen worden zindelijk tussen twee en vier jaar. Om zindelijk te worden moeten kinderen echter dit wel kunnen, willen en begrijpen. Ze moeten leren voelen of ze een plas of poep moeten doen en begrijpen waarvoor een toilet of potje dient. In principe wordt een kind (meestal) eerst zindelijk voor ontlasting en daarna voor het plassen. Soms lukt het niet zo goed en hebben kinderen ouder dan vijf jaar nog regelmatig een "ongelukje". Ook een buikoperatie, een aangeboren afwijking of een traumatische ervaring kunnen problemen opleveren bij het plassen en/of poepen.

Kinderbekkenfysiotherapie is een specialisatie binnen Fysiotherapie Oost Gelre waarbij Madelon Smans-Kaal zich heeft gespecialiseerd in de behandeling van kinderen met plas- en/of poepklachten. Madelon gaat samen met u en uw zoon of dochter onderzoeken of deze klachten verholpen kunnen worden.

Welke problemen kunnen voorkomen?

- Plasongelukjes overdag
- Bedplassen
- Erg vaak moeten plassen
- Blaasontstekingen
- Angst om te plassen of te poepen
- Obstipatie (verstopping)
- Diarree
- Buikpijn, verminderde eetlust, lusteloosheid
- Diarree



Intake en onderzoek

De eerste keer dat u samen met uw kind bij Madelon komt, vindt er een laagdrempelig kennismakingsgesprek plaats. Madelon zal de hulpvraag in kaart brengen en vragen stellen over het eten, drinken en het toiletgedrag van uw zoon of dochter. Daarnaast worden er vragen gesteld over de ontwikkeling en het functioneren van uw zoon of dochter.

Er wordt een lichamelijk onderzoek gedaan waarbij gekeken wordt naar de algemene motoriek van uw zoon of dochter én specifiek naar de motoriek van de bekkenbodemspieren. De bekkenbodemspieren zijn erg belangrijk bij het plassen en poepen. Ze moeten kunnen aanspannen bij het ophouden van de plas en ontlasten en kunnen ontspannen bij het gaan plassen en poepen. Plas- en/of poepklachten kunnen te maken hebben met verkeerd gebruik van de bekkenbodemspieren of verkeerd aangeleerd toiletgedrag. Ook kan een buikoperatie, aangeboren afwijking, stress factoren of een traumatische ervaring invloed hebben op het plas- en poepgedrag.

Na de intake en het onderzoek stelt Madelon samen met u een behandelplan op voor uw zoon of dochter. Afstemmen van beleid met u als ouders, school en kinderopvang /BSO is hierbij belangrijk! Soms is samenwerking met een kinderfysiotherapeut of kinderpsychotherapeut zinvol, met name bij gedragsmatige problemen.

Behandeling

De behandeling bij kinderen met plas- en poepklachten kan bestaan uit:

- Uitleg aan u over de klachten: Wat is er aan de hand en hoe is het ontstaan?
- Uitleg aan het kind over plassen en poepen in relatie tot de klacht. De fysiotherapeut maakt hierbij gebruik van kindvriendelijk materiaal zoals plaatjes en boekjes.
- Uitleg van het juiste toiletgedrag en de toilethouding.
- Adviezen voor eten, drinken en bewegen.
- Oefeningen om de bekkenbodemspieren te leren aanspannen en ontspannen.

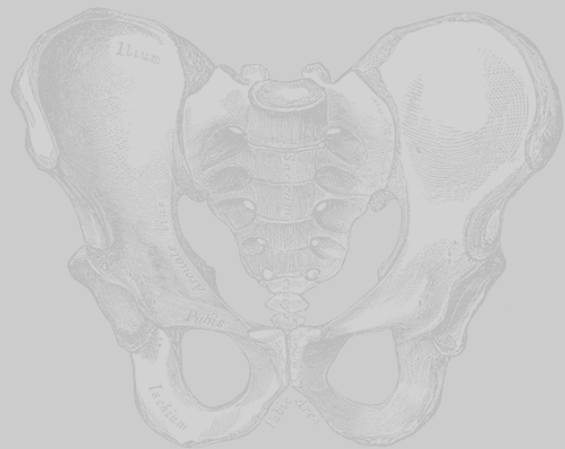
- Oefeningen om op de juiste manier te leren plassen en poepen.
- Ademhalings- en ontspanningsoefeningen.
- Het invullen van een plas- en/of poepdagboekje.

Thuis

Het is belangrijk om ook thuis met uw zoon of dochter de aangeleerde oefeningen te doen. Het vraagt om een goede motivatie en doorzettingsvermogen van uw zoon of dochter, maar ook de medewerking van u als ouder. Hoe lang het traject van behandeling duurt, is afhankelijk van de klacht en hoe lang de klacht al bestaat. Van Madelon krijgt u (voorlees) boekjes, materialen en tips mee om het oefenen zo aantrekkelijk mogelijk te maken voor uw zoon of dochter.

Opleiding Kinderbekkenfysiotherapeut
Kinderbekkenfysiotherapie is een geregistreerd specialisme binnen onze praktijk Fysiotherapie Oost Gelre. Madelon Smans-Kaal heeft na haar basisopleiding tot Fysiotherapeut de Masteropleiding Kinderbekkenfysiotherapie en Bekkenfysiotherapie gevolgd aan de S.O.M.T. (Stichting Opleidingen Musculosketale Therapie)





HEEFT U NOG ANDERE VRAGEN?

Vraag het Madelon Smans-Kaal.

Fysiotherapie Oost Gelre
Rapenburgsestraat 56
7131 CZ Lichtenvoorde
Tel: 0544 375555
www.ghc-oostgelre.nl
facebook.com/fysiotherapieoostgelre



Fysiotherapie
Gezondheidscentrum Oost Gelre

Kinderbekken fysiotherapie



Informatie voor ouders
en verzorgers