

Kinderbekkenfysiotherapie in de eerste lijn

Marije Freriks

- Kinder(bekken)fysiotherapeut
- FysioPlus Horst

Introductie en inhoud

1. Wat is kinderbekkenfysiotherapie?
2. Kinderbekkenfysiotherapie in de eerste lijn
3. Preventie zindelijkheidsproblematiek en praktisch oefenen
4. Hoe maken we samen het verschil?
5. Praktische informatie
6. Vragen

Wat is kinderbekkenfysiotherapie?

Kinderbekkenfysiotherapie is een bijzondere aanvulling op het diploma van kinderfysiotherapeut of bekkenfysiotherapeut

Screenen, diagnosticeren, prognosticeren en behandelen van kinderen (3-18 jaar) met mictie-defecatiestoornissen, enuresis, urineweginfecties en buikpijnklachten.



Onderzoek kinderbekkenfysiotherapie

- Anamnese (ouder- en kindvragenlijsten), kwaliteit van leven, VAS
- Meetinstrumenten:
 - Mictie- en defecatielijsten
 - Vocht- en voedingsvezellijsten
 - Kookwekkertest
 - Maiskorreltest
 - Uroflowmetrie/(echo)residu)
 - Biofeedback
- Lichamelijk onderzoek
 - Algemeen bewegingsonderzoek
 - Specieel
 - Beigthon
 - Wervelkolom
 - Dermatomen
 - Buikspieren
 - Adempatroon
 - Lokale inspectie genito-anale gebied, spierfunctie

Behandeling kinderbekkenfysiotherapie

Doen/blijven doen =
Implementeren en
bevorderen therapietrouw

Weten = Informatie en demystificatie
Plas- en poepfabriek, basisadviezen
toiletgedrag, eten, drinken en bewegen.

Durven =
Pijn verminderen en
reductie angst

Kunnen = Oefentherapie: toilettraining,
lichaamsbewustwording, ontspanning,
training bekkenbodem

Willen = Motiveren en belonen



Kinderbekkenfysiotherapie in de eerste lijn

- Direct toegankelijk, laagdrempelig, vaak dichtbij
- Kosten laag
- Contact met kinderdagverblijven/BSO/scholen
- Meer moeite doen voor multidisciplinaire behandeling

Wanneer 2^{de} lijn?

- Complexe problematiek
- Als er bijv. al sprake is diagnose of sterk vermoeden ADD, ADHD, Autisme
- Onvoldoende vooruitgang 1^{ste} lijn

Preventie zindelijkheidsproblematiek: de basis

Hoe zit jij op de w.c.?
Hoe zit je bij het plassen?
Hoe zit je bij het poepen?



Preventie zindelijkheidsproblematiek: de basis

- JGZ-Richtlijn Zindelijkheid. In revisie.

Feedback van Werkgroep Kinderbekkenfysiotherapie Regio Zuid-Oost Nederland.



Preventie zindelijkheidsproblematiek: de basis

“De verkleiner hebben we al weggedaan.”

“Onze jongste van 3 klimt al zonder krukje op de w.c.”

“De verkleiner wil hij niet meer en het lukt prima zonder.”

“Ik hoef hem nu niet meer vast te houden op de w.c.”



Bron:

Zindelijkheidstraining - Slingeland Ziekenhuis

Preventie zindelijkheidsproblematiek: de basis

- Voor plassen en poepen: Toiletverkleiner en krukje onder de voeten.
 - Uitleg waarom essentieel
 - Tot welke leeftijd
- Plashouding



Oefenen plassen

- Ontspannen zitten: voeten op de grond of een krukje (90 graden), billen op de w.c. bril of verkleiner, ontspannen rechtop, broek/onderbroek tot op de enkels.
- Plassen
- Wiebelen/dansen
- Bekkenkantelen
- Tellen
- Is alle plas eruit?
- Bekkenbodembodem aanspannen/deur dicht
- Afdeppen



Preventie zindelijkheidsproblematiek: de basis

- Poephouding



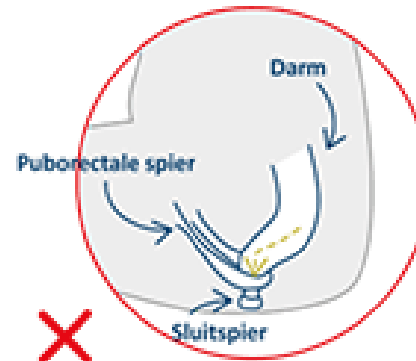
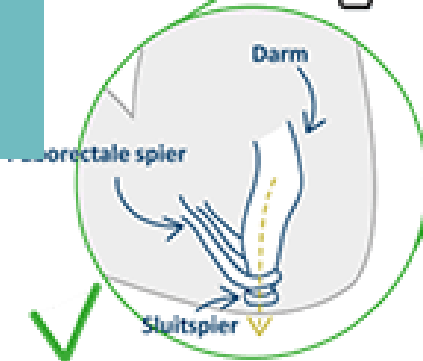
Zittende houding



Gehurkte houding



Ontspanning M. Puborectalis



Oefenen poepen

- Ontspannen zitten: Voeten op krukje, knieën hoger dan de billen (bij potje zijn knieën al hoger dan de billen), billen op de bril of op de verkleiner, broek/onderbroek tot op de enkels.
- Zachtjes persen/blazen (op de hand van ouders)/poep in de goede richting duwen
- Oefenen persen: uitblazen, druk naar beneden, hand op onderbuik, onderbuik komt naar voren.
- Klaar met poepen? Aanspannen bekkenbodern.
- Afvegen van voren naar achteren.



Goed zitten



5x blazen



Poepen

Hoe maken we het verschil?

1. Standaard advies met uitleg waarom en tot welke leeftijd: potje, w.c.-verkleiner en krukje en ontspannen toilethouding. Verschil poep- en plashouding.
2. Obstipatie
 - Vroegtijdig signaleren en behandelen.
 - Laxeermiddelen verstrekken vraagt om duidelijke uitleg naar ouders wat ze hiervan kunnen verwachten. En het gebruik opvolgen is belangrijk.
3. Iedereen weet, doet en communiceert hetzelfde: JGZ, huisarts, kinderarts, kbf, school, peuterspeelzaal, kinderopvang, BSO

Hoe maken we het verschil?

- 4. Urine op kweek laten zetten bij sterke vermoedens van UWI
- 5. Alert zijn op kindermishandeling, kindermisbruik

Praktische informatie

- Lijst van kinderbekkenfysiotherapeuten in de eerste lijn Limburg
- Werkgroepen

Vragen?

