

PRAKTIJK KOOTWIJKERBROEK
Schoonbeekhof 5
3774 DA Kootwijkerbroek

PRAKTIJK ACHTERVELD
Jan van Arkelweg 6
3791 AC Achterveld

BEL VOOR EEN AFSpraak
tel 0342 45 14 97
Mobiel: 06 121 982 79

www.cesartherapieblom.nl



ZINDELIJKHEID BIJ KINDEREN

Zindelijk worden is een leerproces dat normaal gesproken grotendeels vanzelf gaat. Dit geldt helaas lang niet voor iedereen.

Als uw kind ouder is dan 3 1/2 jaar en problemen heeft met overdag zindelijk worden, ouder is dan 6 jaar en 's nachts meer dan 2x per week nat is, of ouder dan 7 jaar en meer dan 1x per maand nat is, dan is deze folder iets voor u om door te lezen.

Het verlies van urine of ontlasting noemen we incontinentie.

Soorten incontinentie

Kinderen met incontinentie zijn nat, omdat hun blaas of sluitspier niet goed functioneert. Daardoor verliezen ze onvrijwillig steeds een klein beetje urine.

Soms ontstaat dit door een aangeboren afwijking van de blaas of sluitspier. Dit heet een anatomische incontinentie.

Ook kan het zijn dat de opdrachten van het zenuwstelsel naar de sluitspier niet doorkomen. Dit heet neurologische incontinentie.

Voor beide geldt dat er een lichamelijke oorzaak is en deze moeten door een specialist behandeld worden.

Daarnaast kennen we de functionele incontinentie.

Daarbij is de samenwerking tussen blaas en sluitspier niet goed. Het kind heeft de spieren niet onder controle. Dit kunnen we wel goed trainen en daarvoor kunt u in deze praktijk terecht.

WEER IN BALANS KOMEN

We kennen 2 soorten functionele incontinentie, *drangincontinentie en incontinentie door verkeerd plassen en/of voelen.*

Bij drangincontinentie hebben kinderen vaak plotselinge aandrang, moeten vaak plassen, meestal kleine beetjes en gebruiken ophoudmanieren om nog niet te gaan plassen, zoals wiebelen, hurken met hiel in kruis of zitten met gekruiste benen.

Bij verkeerd plassen en/of voelen herkennen kinderen de plasaandrang niet, houden vaak continu de sluitspieren gespannen om ongelukjes te voorkomen, gebruiken vaak de buikdruk om de blaas leeg te krijgen, plassen vaak in stukjes waardoor restjes achter kunnen blijven en gaan vaak nog te weinig naar het toilet. Er is grote kans op blaasontsteking. Ook het leegmaken van de darmen kan hierbij in de war raken, waardoor kinderen last krijgen van verstopping en/of kleine beetjes ontlasting kunnen verliezen. Ook kan het gepaard gaan met buikpijnlachten en angst om te plassen of poepen.

Beide manieren van niet goed functioneren van blaas en bekkenbodemp kunnen ook voorkomen zonder dat ze nat worden.

Kinderen die last hebben van urine/ontlasting verlies voelen zich bovendien vaak onzeker, schamen zich ervoor en praten er liever niet over. Ze vermijden liever dat ze bij anderen in hun broek doen of bedplassen.

Als oefentherapeut Cesar kan ik u helpen een dergelijke situatie te doorbreken en te verbeteren.

Wat kunt u verwachten

- Uw kind leert hoe de nieren, blaas, darmen en sluitspieren werken.
- Uw kind leert op een speelse manier de bekkenbodemspieren te ontspannen en hoe dit voelt.
- Uw kind leert hoe het op de wc moet zitten.
- Uw kind leert het plassignaal kennen evenals het poepsignaal.
- Uw kind leert op een goede manier plassen en poepen.
- Uw kind leert hoe vaak het naar de wc moet gaan.
- Uw kind leert voldoende drinken
- U heeft een belangrijke rol als begeleider

Werkwijze

U kunt zonder verwijzing rechtstreeks contact met mij opnemen. U kunt ook doorverwezen zijn door uw huisarts of specialist en een verwijsbrief hebben ontvangen. Na aanmelding zonder verwijzing vindt eerst een screening plaats. Indien er geen redenen zijn waarvoor alsnog advies van de huisarts nodig is, wordt de oefentherapie gestart.

Er wordt voor iedereen een persoonlijk behandelplan opgesteld. Dit behandelplan wordt samengesteld vanuit de volgende uitgangspunten:

- hulpvraag van de patiënt/cliënt
- diagnostiek door verwijzer en/of oefentherapeut
- onderzoek door de oefentherapeut Cesar
- individuele situatie en mogelijkheden van de patiënt
- doel van de therapie

Vergoeding van uw behandeling is afhankelijk van de polisvoorwaarden van uw zorgverzekering.