

16 januari 2017

OBSTIPATIE BIJ KINDEREN



Al eerder had ik het over obstipatie die ten grondslag kan liggen aan bedplassen. Obstipatie of verstopping is lastig te herkennen. Met name als je kind dagelijks naar het toilet gaat om te poepen en je als ouder nauwelijks of geen last bemerkt. Verstopping is een generiek die in diverse vormen het leven van je kind (op school, thuis en verder) en van ouders kan veronaangenamen.

In Nederland hebben jaarlijks zo'n 100.000 kinderen last van een poepprobleem, waarvan obstipatie het grootste probleem is. De gevolgen van niet-herkende, niet of onvoldoende behandelde obstipatie kunnen behoorlijk zijn en een grote impact hebben.

[blockquote author="" pull="normal"]Er zijn veel oorzaken voor verstopping, zelden is er sprake van een medische (anatomische) oorzaak; het gaat meestal om psycho/sociaal-emotionele factoren[/blockquote]

Een aantal gevolgen

Plasproblemen; de controle over de blaas kan verminderen met als gevolg plasongelukjes overdag of heel vaak kleine beetjes moeten plassen of juist niet meer goed plasaandrang herkennen, bedplassen, blaasontstekingen en nierbekkenontstekingen.

Vieze broeken; als de ophoping van ontlasting voortduurt kunnen de darmen overvol raken. Gevolg is dat een kind ongewild – en meestal zonder dit te voelen – ontlasting gaat verliezen. Dit kan gaan om keutels, vieze vegen in het ondergoed, grote plakken en zelfs diarree. Dit laatste komt doordat verse ontlasting langs de opgeslagen hoop sijpelt.

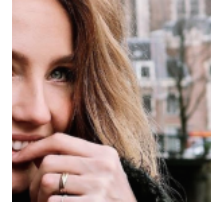
Faalangst; poepen is iets wat tot onze basisvaardigheden behoort. Net als plassen, drinken, eten en slapen. Als het daar niet lekker loopt, ga je als kind al snel denken dat je niet normaal bent of doet en dit wordt ook vaak – onbedoeld – bevestigd door ouders en omgeving. In de zin van benoemen en afwijzen van het ongewenste poepgedrag. Logisch gevolg is faalangst over het 'zijn' en over 'doen' (gedrag).

Eenzaamheid; praten over poep of poepproblemen is een taboe. Dit samen met de faalangst zorgt voor schaamte, schuld en eenzaamheid. De eenzaamheid kan worden versterkt, omdat kinderen met poepproblemen gepest of afgewezen kunnen worden (stinken of luiers dragen op latere leeftijd) en geïsoleerd worden of raken.

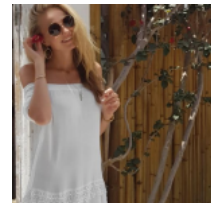
Mogelijke oorzaken

Er zijn veel oorzaken voor verstopping, zelden is er sprake van een medische (anatomische) oorzaak; het gaat meestal om psycho/sociaal-emotionele factoren. Het karakter van het kind, de gezinssituatie, de vaak liefdevolle houding van ouders en (ongeziene) stress in de omgeving (zoals school/opvang) waar het kind zich dagelijks bevindt, zijn meestal bepalende factoren voor het ontstaan, continueren of terugkeren van een poepprobleem.

== MEEST GELEZEN ==



([HTTP://GZNDENZO.NL/PATRONEN-DOORBREKEN-MAAKT-ZO-LASTIG/](http://gzndenzo.nl/patronen-doorbreken-maakt-zo-lastig/)) PATRONEN DOORBREKEN? DIT MAAKT HET ZO LASTIG
([HTTP://GZNDENZO.NL/PATRONEN-DOORBREKEN-MAAKT-ZO-LASTIG/](http://gzndenzo.nl/patronen-doorbreken-maakt-zo-lastig/))

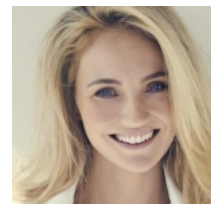


([HTTP://GZNDENZO.NL/ZO-KOM-SCHULDGEVOEL-AF](http://gzndenzo.nl/zo-kom-schuldgevoel-af)) ZÓ KOM JE VAN EEN (ONTERECHT) SCHULDGEVOEL AF ([HTTP://GZNDENZO.NL/ZO-KOM-SCHULDGEVOEL-AF/](http://gzndenzo.nl/zo-kom-schuldgevoel-af/))



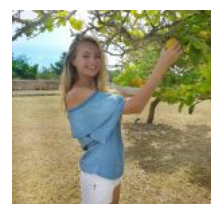
([HTTP://GZNDENZO.NL/WAAROM-VAAK-LANG-MOET-WACHTEN-APOTHEEK/](http://gzndenzo.nl/waarom-vaak-lang-moet-wachten-apotheek/)) DÍT IS WAAROM JE (VAAK) LANG MOET WACHTEN IN DE APOTHEEK ([HTTP://GZNDENZO.NL/WAAROM-VAAK-LANG-MOET-WACHTEN-APOTHEEK/](http://gzndenzo.nl/waarom-vaak-lang-moet-wachten-apotheek/))

== TIPS VAN KELLY ==



(<http://gzndenzo.nl/kellys-relax-your-mind-challenge/>)

Kelly's 'Relax Your Mind Challenge': begin je jaar zónder stress (<http://gzndenzo.nl/kellys-relax-your-mind-challenge/>)



(<http://gzndenzo.nl/ultieme-ibiza-tips/>)

Mijn ultieme Ibiza tips!

Herkenning

Vaak wordt er gedacht dat obstipatie betekent dat er helemaal niet meer gepoept wordt. Dat kan, alhoewel dit meestal niet het geval is. In de meeste gevallen poept het kind nog wel, maar kan, wil of durft het niet meer goed of helemaal uit te poepen, waardoor er ontlasting achterblijft in de darmen. Deze ontlasting dikt in, wordt harder en groter en dus moeilijker om uit te poepen. Daarbij wordt de aandrang prikkel vertraagd en zo ontstaat een vicieuze cirkel. Last wordt pas ervaren als er bijvoorbeeld pijn bij poepen, buikpijn, opgezette buik, ongewild ontlastingsverlies, vermindering van eetlust ontstaat. Bij plasproblemen speelt obstipatie ook vaak een rol en wordt hier niet altijd aan gedacht.

Oplossing

Door uitsluitend de aandacht te richten op de verandering van het gedrag van het kind, zal het poepprobleem in de meeste gevallen niet opgelost worden voor de lange termijn. Er is herkenning, begrip, respect, aandacht en ondersteuning nodig voor het kind, ouders en school/opvang én een gestructureerd plan van aanpak. Dit houdt o.a. in uitleg/informatie over de spijsvertering en de werking hiervan, laxeren (en nee, dit veroorzaakt geen luie darmen of verslaving), afspraken over wc gedrag en ondersteuning aan ouders/school/opvang h^óe te reageren op eventuele ongelukjes en wc-weigergedrag van het kind.

Meer weten? www.superpoeper.nl (<http://www.superpoeper.nl>)

Author: Hadassa Voet (<http://gzndenzo.nl/author/hadassa-voet/>)

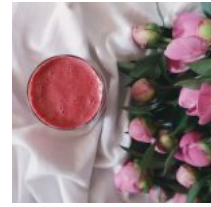
Filed Under: Gezin (<http://gzndenzo.nl/category/gezin/>), Mentaal (<http://gzndenzo.nl/category/mentaal/>), Psychologie (<http://gzndenzo.nl/category/psychologie/>), Sociaal/Emotioneel (<http://gzndenzo.nl/category/socialemotioneel/>)

Tags: Gezin (<http://gzndenzo.nl/tag/gezin/>), GZNDenzo (<http://gzndenzo.nl/tag/gzndenzo/>), hadassavoet (<http://gzndenzo.nl/tag/hadassavoet/>), mentaal (<http://gzndenzo.nl/tag/mentaal/>), obstipatie (<http://gzndenzo.nl/tag/obstipatie/>), plassen (<http://gzndenzo.nl/tag/plassen/>), poepen (<http://gzndenzo.nl/tag/poeppen/>), poepprobleem (<http://gzndenzo.nl/tag/poepprobleem/>), Psychologie (<http://gzndenzo.nl/tag/psychologie/>), Sociaal/Emotioneel (<http://gzndenzo.nl/tag/socialemotioneel/>), superpoeper (<http://gzndenzo.nl/tag/superpoeper/>)

← WAAROM 'KIJKEN, KIJKEN, NIET KOPEN' GEEN NUTTELOZE BEZIGHEID IS (<http://gzndenzo.nl/waarom-kijken-kijken-kopen-geen-nutteloze-bezigheid-is/>)

PSYCHIATRIE: DE BORDERLINE PERSOONLIJKHEIDSGESTOORNIS →

(<http://gzndenzo.nl/ultieme-ibiza-tips/>)



(<http://gzndenzo.nl/kellys-ontbijtshake/>)

Zó maak je Kelly's favoriete ontbijtshake (<http://gzndenzo.nl/kellys-ontbijtshake/>)

== GZNDENZO.MEIDEN ==



(<http://gzndenzo.nl/heimwee-goed-voor-je/>)

Waarom een beetje heimwee hebben juist goed is voor je (<http://gzndenzo.nl/heimwee-goed-voor-je/>)



(<http://gzndenzo.nl/vrienden-voor-altijd-na-zeven-jaar/>)

Vriendinnen voor altijd: dát weet je na 7 jaar (<http://gzndenzo.nl/vrienden-voor-altijd-na-zeven-jaar/>)

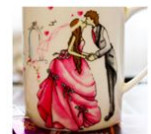


(<http://gzndenzo.nl/waarom-blij-altijd-druk/>)

Waarom we juist blij mogen zijn dat we altijd druk zijn (<http://gzndenzo.nl/waarom-blij-altijd-druk/>)

#INSTAGRAM

"Never settle for shitty coffee, shitty friends or shitty men"



"Behind every successful woman is Herself"





LET'S GET SOCIAL



([https://www.facebook.com](https://www.facebook.com/...)
ref=bookmar



([https://www.instagram.com](https://www.instagram.com/...)



(<https://twitter.com/gznde>

([https://www.youtube.com](https://www.youtube.com/...)

CHECK OOK

<http://gznde.nl/kellys-gzdenzo-jouw-gezonde-balans/> (http://gznde.nl/kellys-gzdenzo-jouw-gezonde-balans/) (HTTP; I
KELLY'S GZDENZO: JOUW GEZONDE BALANS! (HTTP; I
GZDENZO-JOUW-GEZONDE-BALANS/)

MEER KELLY

DRS.

KELLY WEEKERS

MINDSET MOTIVATOR

(<http://kellyweekers.com/>)

CONTACT

INTERESSE IN EEN SAMENWERKING?

info@gzdenzo.nl (mailto:info@gzdenzo.nl)

FOUNDER

drs. Kelly Weekers

kelly@gzdenzo.nl (mailto:kelly@gzdenzo.nl)

Copyright © 2018 Kale (<https://www.lyrathemes.com/kale/>)

Kale (<https://www.lyrathemes.com/kale/>) by LyraThemes.com.