

## Kinderfysiotherapie bij de (on)rustige baby



6 april 2017

## Even voorstellen

Else Hemeltjen  
Master Kinderfysiotherapeut bij:

ZwangerFit en  
MamaFit Docente  
Hydrotherapeut  
MammaCafe Hengelo  
Moeder

## Wat is onrustig?

- ▶ Overstrekken
- ▶ Veel huilen
- ▶ Niet in slaap kunnen komen of kort slapen (hazeslaapjes)
- ▶ Onrustige armen/benen



## Nederlandse baby's huilen meer, professor pleit voor 'huilcurve'

Baby's in Nederland huilen meer dan elders. **NHM.nl onderzoekt** in zes landen. Professor Dieter Wolke wil dat ouders niet alleen afgaan op een grafiek, maar dat zij ook de 'huilcurve' bestuderen.

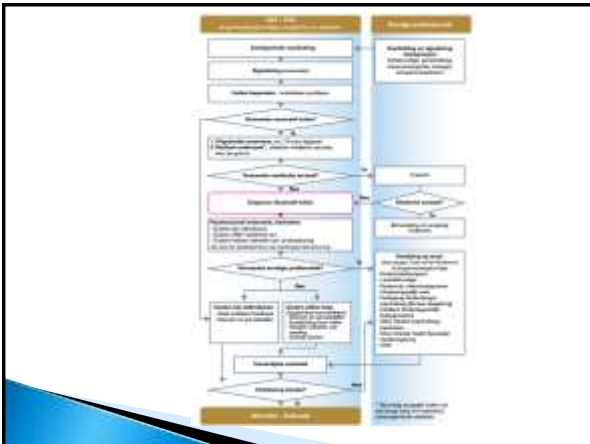
Wolke: [www.nhm.nl](#) | [www.nhm.nl](#) | [www.nhm.nl](#)

## Excessief huilen

- ▶ Multidisciplinaire richtlijn excessief huilen Nederlands Centrum Jeugdgezondheid (NCJ, 2013)
- ▶ Normaal:
  - 0-6 wk: 2 uur per dag*
  - 6-8 wk: 2-2,5 uur per dag*
  - 12 wk: 1-1,5 uur per dag*
- ▶ 1 op de 10 baby huilen overmatig
- ▶ 95% geen medische oorzaak
- ▶ 5% (obstipatie, oorontsteking, urineweginfectie, allergie)

## Lichamelijke relaties voor excessief huilen?

- ▶ Reflux: geen
- ▶ UWI: < 4 mnd
- ▶ Voeding: < 3% koemelkallergie
- ▶ Rokende ouders, hogere prevalentie
- ▶ Kiss: geen
- ▶ Darmflora: nader onderzoek op het gebied van probiotica
- ▶ Stress/ depressiviteit bij ouders (of tijdens zwangerschap)



## Waarom onrust?

- ▶ Krampjes
- ▶ Spugen
- ▶ Overprikkeling
  - Onrustige omgeving
  - Type ouders: RRR vs natuurlijk ouderschap

## Wat kan je doen?

- ▶ Kijken naar de baby
- ▶ Huiltjes herkennen (dunstan)
- ▶ Vroege signalen oppikken en hierop anticiperen
- ▶ Bij spugen/krampjes: voedingshouding en boerhouding
- ▶ Andere discipline inschakelen:  
*Kindertfysio/Babyconsulent/babycoach/Toptherapeut*

## Kinderfysiotherapie

- ▶ Observeren
- ▶ Voedingshouding (prelogopedie)
- ▶ Uitbuiken
- ▶ Boeren

## Basisbevestigend dragen



## Dragen met draagdoek



## Begrenzen en/of inbakeren



## Roterend handelen/draaiend tillen/verzorgen



## Babymassage

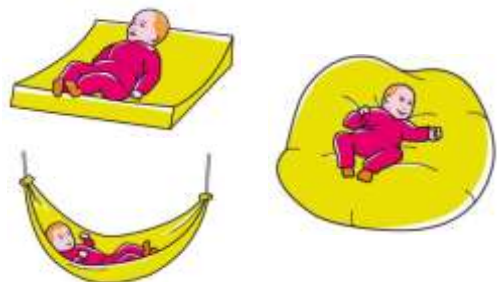
## In slaap vallen

- ▶ Vertragen beweging
- ▶ Zijligging alleen onder toezicht
- ▶ Protocol veilig slapen : rugligging

## Op schoot



## Hulpmiddelen



## Kinderfysiotherapie:

- ▶ Uitgebreid observeren in de thuissituatie
- ▶ Tijd om de hulpvraag in kaart te brengen
- ▶ Voorlichting
- ▶ Adviezen op de gebied van voedingshouding/uitbuiken/boeren
- ▶ Basisbevestigend dragen
- ▶ Rollend tillen/roterend handelen
- ▶ Babymassage
- ▶ Draagdoeken

## Kinderfysiotherapie:

- ▶ Spelen met je baby
- ▶ Stimuleren buikligging
- ▶ Advies bij voorkeurshouding en plagiocefalie



## Vragen?

