

De poepklas

Inleiding

Binnenkort kom je in de poepklas op de continentiepolikliniek, routenummer 0.11 in de ZGT ziekenhuislocatie Hengelo.

Je wordt samen met je vader, moeder of verzorger verwacht op:

Datum: _____

Dag: _____

Tijdstip: _____

De poepklas duurt tot ongeveer _____ uur.

In deze folder leggen we je uit wat je allemaal gaat doen.

Waarom een poepklas?

Waarschijnlijk heb jij problemen met poepen. Het kan zijn dat je last hebt van obstipatie, vieze broeken of vaak buikpijn. Misschien herken je het allemaal wel.

Soms is het niet duidelijk waarom jij een probleem met het poepen hebt. Het kan ook zijn dat de urotherapeut heeft afgesproken dat jij met een poepraining gaat beginnen. Om een goede start te maken kom jij dan in de poepklas, zodat je precies weet hoe het daarna thuis moet. Meestal komen er drie kinderen om samen te trainen.

Poepdagboek

Een hele week lang, voordat je in de poepklas komt moet je een **poepdagboek bijhouden**. Op deze manier kunnen wij je goed helpen. Niet vergeten hoor! Zie de achterkant van dit formulier.








Wat doe je in de poepklas?

Dat is eigenlijk al wel duidelijk. Veel op de wc zitten natuurlijk. Wij gaan oefeningen doen op de wc. Misschien kan je al wel een keer poepen, maar dat hoeft niet. Als wij dit bespreken gaat het de volgende keer nog beter. Tussendoor krijg je uitleg over de 'poepfabriek' en laten we zien hoe je het beste op de wc kan zitten. Als je thuis een training gaat volgen gaan we deze goed uitleggen. Het kan ook zijn dat we jouw

ouders deze adviezen geven. En we bekijken een film: de Poep Movie! Tijdens deze dag is het de bedoeling dat één ouder bij je blijft. Hij of zij weet dan aan het eind van de poepklas ook hoe het verder moet met het poepen.

Opmerkingen

- Denk aan schone kleren, het kan altijd een keertje mis gaan;
- Als je medicijnen gebruikt, neem ze dan mee;
- Neem je mapje van de 'Plas en Poep poli' mee;
- Het verloop van de dag bespreken wij met de dokter;
- Voor een tussendoortje en drinken voor jou wordt gezorgd. Koffie, thee is er voor de ouders;
- Broertjes/zusjes kunnen niet mee naar de poepklas.

De Bristol stool form scale		
typering stoelgang		omschrijving
1		harde losse keutels (moeilijke stoelgang)
2		samengekleefde keutels
3		wormvormige stoelgang brokkelig van structuur
4		wormvormige stoelgang zacht en glas van structuur
5		zachte stoelgang met duidelijke scherpe contouren (ideale stoelgang)
6		zachte tot zeer zachte stoelgang met onduidelijke contouren
7		waterige stoelgang, geen structuur aanwezig (alcohol vloeibaar)

Vragen

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen stel ze dan gerust. Wij zijn alle dagen aanwezig, behalve op vrijdag.
Telefoon 088 708 53 15

Almelo

Zilvermeeuw 1
Postbus 7600
7600 SZ Almelo

Hengelo

Geerdinksweg 141
Postbus 546
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt

E-mail: plasenpoepoli@zgt.nl

Poepdagboek *VUL DEZE EEN WEEK VOORAFGAAND AAN DE POEPKLAS IN!*

Naam:

Geboortedatum:

Dag/ datum	Tijd	Gepoept op wc, hoeveelheid en type	Gepoept in luier/ onderbroek, hoeveelheid en type	Poepveeg in broek/luier	Hoeveel zakjes laxantia	Buikpijn/ pijn bij poepen	Toilet- oefeningen	Overig

