

## **De poeppoli**

Als poepen niet gewoon gaat



De poeppoli is speciaal opgericht voor kinderen met problemen bij het poepen. Een veel voorkomende maar zeer vervelende klacht bij kinderen. Op de poeppoli werken meerdere specialisten intensief samen om uw kind zo goed mogelijk te helpen. In deze folder kunt u lezen wat er bij de poeppoli gebeurt en wat dit voor uw kind kan betekenen. Het is goed u te bedenken dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.

## **Wat zijn poepproblemen?**

Problemen bij het poepen is bij kinderen een veel voorkomende klacht. Vaak is obstipatie (verstopping) de aanleiding. Kinderen met obstipatie poepen minder, omdat de harde ontlasting het poepen vaak pijnlijk maakt. Soms willen ze zelfs minder naar de wc en verliezen ze onvrijwillig ontlasting in hun ondergoed. Dit komt doordat dunne ontlasting langs de harde poep loopt.

Als uw kind last heeft van deze klachten, heeft dit soms verregaande gevolgen voor uw gezin. Misschien wordt uw kind gepest om de geur die het met zich meedraagt. Of uw kind wil absoluut niet meer naar zwembad. Onzekerheid en verdriet kunnen ertoe bijdragen dat uw kind zich anders gedraagt dan leeftijdgenoten. Ook voor u als ouder is het niet gemakkelijk.

In de meeste gevallen is ongerustheid niet nodig. De kinderarts, pedagogisch medewerker en de kinderpsycholoog behandelen regelmatig kinderen met poepproblemen. Hiervoor is een speciale poli: de poeppoli. De poeppoli is bedoeld voor kinderen vanaf ongeveer drie jaar die problemen hebben met poepen.

## **Mogelijke oorzaken die poepproblemen veroorzaken**

Bij poepproblemen en obstipatie spelen verschillende zaken een rol.

Mogelijke oorzaken zijn:

- Vezelarme voeding (witbrood, te weinig groente en fruit).
- Te weinig drinken waardoor ontlasting te droog wordt.
- Te weinig lichaamsbeweging waardoor de darmwerking te weinig wordt gestimuleerd.
- Een niet goed verlopen zindelijkheidstraining.
- Spanningen thuis of op school of andere vormen van stress.
- Niet op tijd naar het toilet gaan. (te druk met spelen)
- Niet durven poepen. (harde ontlasting kan een scheurtje in de anus veroorzaken, waardoor poepen pijnlijk is)
- Psychische problemen bij het kind.

## **Kenmerken van poepproblemen**

Uw kind heeft moeite met poepen. Dit kan zich op verschillende manieren uiten:

- Een lusteloos gevoel.
- Vermoeidheid.
- Harde ontlasting.
- Prikkelbaarheid.
- Buikpijn.
- Weinig eetlust.
- Niet herkennen van de aandrang tot poepen.
- Vieze broeken/poepvegen in de broek.
- Pijn tijdens het poepen.
- Bang zijn om te poepen.
- Ophouden van poep.
- Psychische problemen.

Door de poepproblemen kunnen eetproblemen, gedragsproblemen en problemen thuis en op school ontstaan. Deze problemen versterken op hun beurt weer de poepproblemen. Hierdoor ontstaat een vicieuze cirkel die doorbroken moet worden. Vanuit de poeppoli wordt er begeleiding geboden om uw kind en u hierbij te helpen.

## **De poeppoli**

Op de poeppoli werken de kinderarts, pedagogisch medewerkers en de kinderpsycholoog intensief samen. Soms wordt er ook een fysiotherapeut bij de behandeling betrokken.

Op de poeppoli willen wij optimale zorg bieden aan u en uw kind met een poepprobleem. De aanpak van het poepprobleem wordt op maat aangeboden, want elk kind is anders. De duur van de behandeling is voor elk kind verschillend. Wij volgen hierin het tempo van uw kind. Lichamelijke, psychosociale, emotionele en pedagogische aspecten kunnen aan de orde komen. U en uw kind worden actief betrokken bij de aanpak van de poepproblemen.

Het eerste bezoek is aan de kinderarts. De kinderarts gaat altijd na of er lichamelijke oorzaken zijn voor het poepprobleem waarvoor medische zorg nodig is. Verder kan de kinderarts laxeermiddelen voorschrijven die voorkómen dat het kind telkens weer verstopt raakt. Na dit bezoek krijgt u van de assistente een poep- en gedrag vragenlijst mee die u thuis invult. Deze vragenlijsten kunt u in de retourenvelop naar het ziekenhuis sturen. Deze vragenlijsten worden besproken door de kinderarts op het eerst volgende poepoverleg (1 keer per maand) met de kinderpsycholoog en pedagogisch medewerkers. Op basis van wat er in deze vragenlijsten aan de orde komt, wordt de keus gemaakt voor behandeling bij de pedagogisch medewerker en/of kinderpsycholoog. Daarna neemt de pedagogisch medewerker of de kinderpsycholoog contact met u op om een afspraak te maken voor de poeppoli.

## **De pedagogisch medewerker**

De pedagogisch medewerker begeleidt u en uw kind vooral praktisch op het gebied van poepproblemen. Zij heeft een kinderpoepspreekuur waarin zij met behulp van allerlei, op de leeftijd afgestemde materialen en middelen uitleg geeft over poep en het spijsverteringskanaal. Soms wordt er voor gekozen om de aandacht juist even van het poepen weg te nemen om meer ontspanning te creëren. Soms wordt gebruik gemaakt van ontspanningsoefeningen. Er wordt ook gebruik gemaakt van creatieve activiteiten, zoals kleien, tekenen, schilderen, spel en zandbak. Vervolgens wordt hier een plan van aanpak gemaakt. U kunt hierbij denken aan wc-training en houding, leefregels, een beloningssysteem, poepdiploma, voedingsadviezen, ontspanningsoefeningen en pedagogische adviezen.

## **De kinderpsycholoog**

De kinderpsycholoog houdt zich vooral bezig met het verband tussen de lichamelijke klachten (obstipatie), gedrag, beleving, gevoelens en relaties van het kind. De kinderpsycholoog probeert eventuele achtergronden voor de obstipatie te begrijpen. Hoe beter we het ontstaan en het in stand houden van het ongewenste poepgedrag kunnen begrijpen, des te beter kunnen we een kind en zijn ouders helpen.

## Meer lezen?

### Voor kinderen:

**Over een kleine mol die wil weten wie er op zijn kop gepoept heeft.** Wener

Holzwarth en Wolf Erlbruch

ISBN 90.6174.582.9

**Liselotje op het potje** Marianne Busser en Ron Schröder

ISBN 90.269.95601

**Het poepboek** Pernilla Stalfelt

ISBN 90.76347.07.7

**Het grote billen-boek** Guido van Genechten

ISBN 90.6822.707.6

**Poepie en de straatveger** Shunyam van Steveninck

ISBN 90.4940.040.X

**Op de WC met...** Benoit Charlat

ISBN 978-90-8568-014-7

**Mag ik eens in je luier kijken?** Guido van Genechten

ISBN 978-9044810127

**O,nee! Pop in de WC** Astrid Huijsing

ISBN 90-499-2103-5

### Voor ouders:

**Verstopping op de kinderleeftijd**

Dr. M.a. Benninga ET AL. ISBN 90.5761.043.4

**Uit de luiers: over zindelijk worden**

Hilde Marx en Geri Marx (NIZW), ISBN 90.5957.233.5



**Antonius Ziekenhuis  
Bolswarderbaan 1  
8601 ZK Sneek**

**Urkerweg 4  
8303 BX Emmeloord**

**Vissersburen 17  
8531 EB Lemmer**

**Postadres  
Postbus 20.000  
8600 BA Sneek**

**Telefoon  
0515 - 48 88 88**

**[www.mijnantonius.nl](http://www.mijnantonius.nl)**

**07-03-2016**