



Herken je iets van de dingen die je hiervoor gelezen hebt? Heeft jouw kind last van een van bovenstaande klachten? Heb je behoefte aan hulp? Neem dan contact met ons op!

De Kinderbekkenfysiotherapeut van MOOR kids kan hulp bieden!

Binnen MOOR kids is Sanne Sijl onze specialist in poep- en plasproblemen. Zij is werkzaam op de locaties van MOOR kids in Ermelo en Harderwijk en in Nijkerk binnen Fysiotherapiepraktijk Corlaer.

Sanne Sijl
Kinderfysiotherapeut MSc.
Kinderbekkenfysiotherapeut
Sanne@moor-kids.nl



MOOR KIDS
kinderfysiotherapie
Postadres
Sportlaan 2
8044 PG Zwolle

E info@moor-kids.nl
I www.moor-kids.nl

Locaties:

Zwolle - Hattem - Wezep - Epe - Oldebroek -
Elburg - Ermelo - Harderwijk - Zeewolde - Dronten -
Swifterbant - Biddinghuizen - Lelystad - Urk -
Emmeloord - Marknesse



Wilt u weten waar de locaties van MOOR kids zich bevinden en wat de openingstijden zijn? Of wilt u meer informatie over onze werkwijze? Kijk dan op onze website.

www.moor-kids.nl

T 038 - 420 47 37



Plas- en Poepproblemen? Ze kunnen de pot op!



Kinderbekkenfysiotherapie

Wat is kinderbekkenfysiotherapie?

Zindelijk worden verloopt voor ieder kind anders. De meesten beginnen ermee tussen de 2 en 3 jaar oud en zijn rond hun 3e overdag zindelijk. Gaat het kind naar de basisschool dan is het 's nachts ook zindelijk. Maar, dat geldt niet voor ieder kind. Sommigen hebben meer tijd nodig en anderen extra hulp om zindelijk te worden.

Voor deze laatste groep kan de Kinderbekkenfysiotherapeut van MOOR kids hulp bieden.

Hoe weet je of jouw kind tot de groep behoort van kinderen die langer tijd en/of extra hulp nodig hebben om zindelijk te worden?

Vergeet jouw kind tijdens het spelen naar het toilet te gaan en heeft het daardoor ongelukjes met plassen of poepen? Gaat jouw kind vaak naar het toilet en plast kleine beetjes? Durft of wil jouw kind niet naar het toilet en houdt extra lang op? Heeft jouw kind pijn bij plassen of poepen? Plast jouw kind 's nachts nog in bed? Drinkt het niet genoeg en eet het te weinig vezels? Dan is er grote kans dat de functies in het bekkengebied niet optimaal verlopen. Hier kan kinderbekkenfysiotherapie bij helpen.

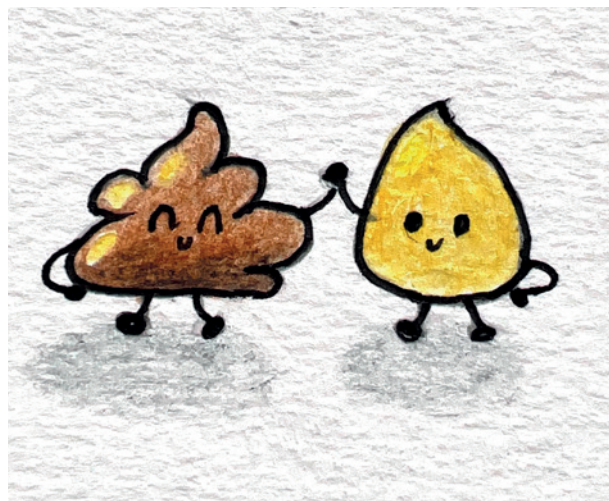
Plasongelukjes en poepproblemen komen vaak voor bij kinderen. Ongeveer 100.000 kinderen in Nederland ervaren klachten. Deze klachten zijn heel vervelend en kunnen grote invloed hebben op het kind en het gezin.

Wij helpen je graag van deze problemen af!

De meest voorkomende klachten bij kinderen:

- Urineverlies: natte broeken of nat ondergoed.
- Onrustige blaas: kinderen moeten vaak plassen en de aandrang is hoog.
- Obstipatie: poepen gaat moeizaam en kan pijnlijk zijn. Persgedrag is vaak aanwezig. Ontlastingsverlies, overloopdiarree, poep (vegen) in de onderbroek wordt vaak gezien bij obstipatie.
- Blaasontstekingen: kinderen geven pijn met plassen aan.
- Kinderen vergeten dat ze naar het toilet moeten en er ontstaan ongelukjes.
- Angst om te plassen of poepen kan aanwezig zijn.
- Bedplassen: kinderen slapen te diep en voelen niet dat ze naar het toilet moeten.
- Buikpijn in combinatie met hierboven genoemde klachten.

Lichamelijke afwijkingen, trauma of operaties in het bekkengebied kunnen ook leiden tot bovenstaande problemen.



Wat ga je doen bij de kinderbekkenfysiotherapeut?

Je krijgt verschillende vragenlijsten mee die het huidige plas- en poepgedrag van jouw kind in kaart brengen. Er wordt gekeken naar de motoriek (hoe beweegt jouw kind?), de (toilet) houding, de ademhaling en de spieren rondom het bekkengebied.

Met deze informatie kunnen we aan de slag:

- Jouw kind en jij krijgen voorlichting over plassen en poepen.
- Ik vertel wat een goede toilethouding is en wanneer en hoe vaak bezoek aan het toilet noodzakelijk is.
- Ik geef jullie adviezen over eten, drinken en bewegen
- Ik help jouw kind om het proprioceptiegedrag te verbeteren, het leren voelen van het lichaam en aandrang leren herkennen. Hierbij zijn de buik-, bil- en de poep- en plasspierspiers belangrijk. Ik leer jouw kind deze aan te spannen en te ontspannen.
- Ik leer jouw kind ademhalingsoefeningen.
- Ik leer je oefeningen die jouw kind thuis kan doen.