

Huilen en onrust, informatie voor ouders tijdens klinische opname

Huilen

Huilen is normaal gedrag in de ontwikkeling van baby's. Het is voor baby's in de eerste levensmaanden een belangrijk communicatiemiddel met de ouders. Het is een signaal van onlust dat zorggedrag opwekt. Vlak na de geboorte huilt een zuigeling 1-1½ uur per dag. Dit normale huilen, vindt zijn piek van 2- 2 ½ uur per dag rond de 6e week en daalt na de 3e maand vanzelf tot een niveau dat gedurende het eerste levensjaar stabiel blijft, gemiddeld 1 ½ uur per dag. Ergens op de dag is het normaal dat er een huil/onrustmoment blijft. Het huilen, vindt meestal plaats gedurende de avonden.

Wanneer een baby excessief huilt, komt het structureel aan te weinig slaap toe. Het komt dan in een spiraal van onrust terecht waarin het aantal uren slaap steeds verder afneemt en het aantal uren huilen- of vermaak nodig hebben steeds verder toeneemt.

We spreken van excessief huilen wanneer een gezonde en goed gevoede maar prikkelbare baby perioden van irritatie, jengelen of huilen laat zien van tenminste 3 uur per dag, gedurende minimaal 3 dagen per week voor een periode van tenminste 3 weken achtereen (definitie van Wessel, 1954).

Ziekenhuisopname

Er kan tijdens een bezoek aan de polikliniek of de SEH besloten worden tot een ziekenhuisopname. Het is belangrijk dat u dan weet wat u kunt verwachten van de opname maar ook wat er van u als ouder verwacht wordt. Dat u akkoord bent met het opname beleid is een voorwaarde. Het geeft een grote kans van slagen. Hieronder vindt u hier meer informatie over.

Medisch

De arts – assistent kindergeneeskunde zal met u de medische voorgeschiedenis doornemen en uw baby lichamelijk onderzoeken. Er wordt tijdens de opname intensief samengewerkt met verpleegkundige en Medisch Pedagogische Zorg om eventuele lichamelijke klachten van uw baby te signaleren en te beoordelen. Verder aanvullend onderzoek wordt alleen verricht, indien tijdens de opname een lichamelijk probleem voor het huilen gezien wordt. Dagelijks zal een kort terugkoppelmoment plaatsvinden tijdens de artsensite in de ochtend. Op dag 3 zal een oudergesprek plaatsvinden.

Observatie

Uw kind zal geobserveerd worden op verschillende momenten door de verpleegkundigen dan wel de Medisch Pedagogische Zorg. U kunt denken aan voedings-, interactie-, slaap-, troost momenten. Hier wordt eventueel het beleid op aangepast. Naar aanleiding van de observaties vragen we, indien wenselijk, de fysiotherapie en/of de logopedie erbij. Soms wordt er veel lichamelijke onrust en overstrekken gezien bij de baby en de fysiotherapie geeft dan houdingsadviezen/hanteringsadviezen. De fysiotherapeut kijkt dan ook mee naar de motorische ontwikkeling van de baby. Door de onrust

komt het soms voor dat baby's ook onrustig, minder effectief drinken en hiervoor kan de logopediste weer adviezen geven.

Dagritme

Er zal gestart worden met een dagritme passend bij de leeftijd van de baby. Om in- en doorslapen te leren, en zo aan voldoende rust te komen, heeft de baby een gestructureerd dagritme nodig wat zich steeds herhaalt. Dit geeft de baby rust, voorspelbaarheid en regelmaat.

Inbakeren

Er zal gestart worden met inbakeren met de Pacco inbakerdoek tijdens de slaapmomenten. Dit gebeurt bij baby's tot de leeftijd van 4 maanden. Inbakeren is geen oplossing, maar een hulpmiddel. Inbakeren is voor baby's die moeite hebben om zelf in slaap te vallen, hazenslaapjes doen, snel overprikkeld zijn en veel huilen door oververmoeidheid. Door het inbakeren wordt een baby beperkt in zijn (onwillekeurige, ongecontroleerde) bewegingen. Voor een positief en snel effect is het belangrijk om het inbakeren te combineren met rust, voorspelbaarheid, regelmaat, prikkelreductie en te kijken naar de lichaamstaal van de baby (slaapsignalen).

Door inbakeren te combineren met het starten van een dagritme kun je het volgende bereiken:

- Rust bij de baby en daardoor ook bij de ouders(s)
- De baby zal meer en beter gaan slapen en daardoor minder huilen
- Uitgeruste baby's drinken rustiger en effectiever
- Als de baby beter slaapt wordt het onderscheid tussen slaap- en hongersignalen weer duidelijker zichtbaar
- Voorkomen van oververmoeidheid

Aanwezigheid van ouders tijdens de opname

Ouders roomen in principe de eerste dagen van de opname niet in, maar slapen thuis of, indien gewenst en er plek is, in het Ronald Mc Donaldhuis (RmD). Dit is bedoeld om u als ouders en uw baby tot rust te laten komen en om ontstane patronen te doorbreken. We zien dat ouders vaak erg vermoeid zijn geraakt thuis vanwege het vele huilen van hun baby. Door zelf thuis te gaan slapen of in het RmD huis kunnen ouders weer energie opdoen die ze dan overdag kunnen gebruiken als ze bij hun baby op de afdeling zijn. Overdag wordt namelijk van u verwacht om op de afdeling te zijn voor het ontvangen van educatie/informatie van verpleegkundige en Medisch Pedagogische Zorg, maar ook om zelf de zorg aan uw baby te bieden zoals badderen en voeding geven. Tijdens de slaapmomenten van uw baby vragen we u om niet op de kamer van uw baby te blijven om zo echt voldoende rust te creëren. In de loop van de opname kunt u in roomen, dit als voorbereiding op het naar huis gaan.

Ontslag

Ontslag vindt plaats wanneer de doelstellingen van de opname zijn behaald. In ieder geval duurt de ziekenhuisopname 4 – 5 dagen i.v.m. een mogelijke terugval in oud gedrag op dag 3. In overleg met u zullen we het naar huis gaan bespreken. Indien er na de ziekenhuisopname thuis nog hulp en ondersteuning nodig is zult u een doorverwijzing krijgen.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze informatie nog vragen hebben, stel deze gerust bij opname aan een van de verpleegkundigen, de Medisch Pedagogische Zorg of de arts.

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

588624022026