

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Robin en Fecale impactie

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 80 80 80
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel.+32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Hallo,

Ik ben Robin en ik wil je graag wat vertellen over het ziekenhuis en stoelgangsmoeilijkheden, ook wel fecale impactie genoemd. Een ander woord voor stoelgang is kaka. In dit boekje gaat het dus heel veel over kaka, hihi.

Je bent nu opgenomen op de afdeling Pediatrie. Hier liggen allemaal kinderen jonger dan 18 jaar met verschillende zorgen. Sommige kinderen hebben buikpijn of hoofdpijn, andere kinderen hebben moeilijkheden met kaka doen of andere lichamelijke klachten.

Deze kaka moeilijkheden kunnen heel verschillend zijn. Sommige kinderen hebben vaak ongelukjes, andere kinderen kunnen helemaal niet naar het toilet gaan. Er zijn ook kinderen die het best wel spannend vinden om kaka te doen op het toilet.

In dit boekje staat alles wat je hierover moet weten, hoe jouw verblijf eruit zal zien en wie je allemaal zal tegenkomen

INHOUDSTAFEL

1. De reis van het eten	3
2. Verstopping (obstipatie)	4
3. Het ziekenhuis	7
3.1 De dokter	
3.2 De pedagogisch medewerker	
3.3 De diëtist	
3.4 De psycholoog	
3.5 De verpleegkundige	
4. Wist je dat?	15
Wist je dat het belangrijk is om iedere dag naar het toilet te gaan?	
Wist je dat het belangrijk is om een goede houding aan te nemen op het toilet?	
Wist je dat je een schema kan bijhouden?	
5. Vragen?	17

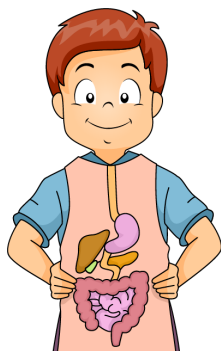
01 DE REIS VAN HET ETEN

Eten is onze brandstof. Wanneer we goed eten, kunnen we lopen, spelen, leren en voelen we ons goed. Alle belangrijke stoffen uit ons eten worden verteerd in ons lichaam. Alles wat we niet kunnen verteren komt er later weer uit in de vorm van kaka. Maar hoe wordt die kaka gemaakt?

Voordat er kaka gemaakt wordt, maakt het eten eerst een hele reis door jouw lichaam.

Wanneer je iets eet, komt het via de mond in de slokdarm terecht. Vanuit de slokdarm, komt er eten in jouw maag. De maag kneedt het voedsel fijn zodat het in kleine stukjes naar de darmen kan.

Vanuit de maag gaan die kleine stukjes verder naar de dunne darm. Jouw dunne darm is wel 8 meter lang en ligt als een slang gekronkeld in jouw buik. In de dunne darm worden alle goede voedingsstoffen terug opgenomen in het bloed, zodat je blijft groeien. Alles wat jouw lichaam niet nodig heeft, gaat verder naar de dikke darm.



In de dikke darm wordt het vocht of water uit de kleine stukjes eten gehaald en tegelijkertijd trekt de dikke darm samen en kneedt de kleine deeltjes samen tot ze kaka vormen en in de endeldarm terechtkomen. Dit is het laatste deel van de dikke darm.

De endeldarm is een soort van wachtkamer voor de kaka. Hier wacht de kaka totdat hij uit jouw lichaam komt via de anus, het gaatje waarlangs jouw kaka naar buiten komt via je poep. Zo gaat het iedere keer weer opnieuw.

02 VERSTOPPING (OBSTIPATIE)

Iedere dag moeten we opnieuw kunnen lopen of spelen. Dat wil zeggen dat we iedere dag goed moeten eten maar ook dat we kaka moeten doen. Ieder persoon doet kaka en liefst elke dag.

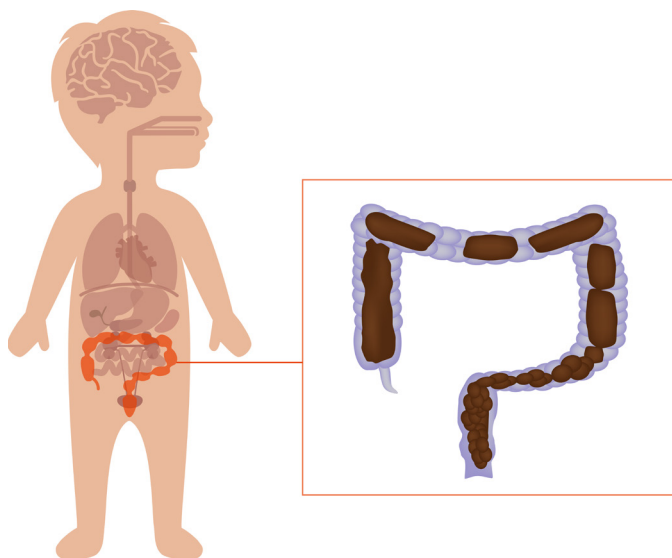
Voor sommige kinderen is het moeilijk om iedere dag naar het toilet te gaan. Sommige kinderen gaan 3 keer per dag naar het toilet, andere kinderen maar 1 keer per dag. Sommigen zelfs maar 3 keer per week. Voor iedereen is dit anders, dat is normaal. Je kan verschillende redenen hebben om minder vaak naar het toilet te gaan. Soms heb je geen zin of tijd om naar het toilet te gaan omdat je aan het spelen bent. Misschien heb je wel schrik dat je iets mist als je naar het toilet gaat of vind je het heel erg spannend. Het kan natuurlijk ook zijn dat de toiletten niet zo proper zijn en je hierdoor niet graag naar het toilet gaat en je het gaat ophouden. Misschien heb jij nog een andere reden?







Soms komt het voor dat kinderen minder dan 3 keer per week naar het toilet gaan. Wanneer we te weinig naar het toilet gaan, krijgen we last van een verstopping. Dat noemen we met een moeilijk woord 'obstipatie'.



Bij een verstopping blijven hele grote brokken kaka vastzitten in de endeldarm (wachtkamer van de kaka). De kaka wordt steeds harder en groter, waardoor het moeilijker wordt om naar toilet te gaan. Soms doet het zelfs pijn. Enkel hele dunne kaka kan erlangs sijpelen, wat je soms niet op tijd voelt. Dit loopt in jouw broek, waardoor er een ongelukje kan gebeuren.

Het gebeurt vaak dat kinderen last hebben van buikpijn, meestal gaan ze dan naar de dokter. De dokter voelt dan aan je buik en zal merken dat er veel kaka vast zit. Soms is de verstopping zo erg dat je naar het ziekenhuis moet.



03 HET ZIEKENHUIS

Wanneer je in het ziekenhuis ligt, ga je heel veel verschillende mensen zien. Niet alleen de dokter en verpleegkundigen zullen langskomen, maar ook de pedagogisch medewerker, de diëtist en de psycholoog.

Welke personen heb jij al gezien in het ziekenhuis? Ken je nog de naam van de persoon? Deze kan je hieronder opschrijven.

				
Dokter	Diëtist	Pedagogisch medewerker	Psycholoog	Verpleegkun- dige

3.1 De dokter

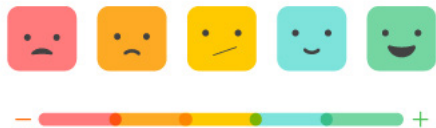


De dokter komt elke dag een keertje langs om te kijken hoe het met je gaat. Het kan zijn dat het een andere dokter is dan waar je normaal bij langs gaat. Moeilijkheden met kaka doen kan verschillende oorzaken hebben. Daarom controleert de dokter jou eerst heel goed en kijkt hij/zij hoe het met jouw darmen en buik is. Het kan ook zijn dat de dokter gaat voelen aan jouw buik. De dokter zal een aantal vragen stellen aan jouw ouders of aan jou zodat men beter begrijpt waar je last van hebt.

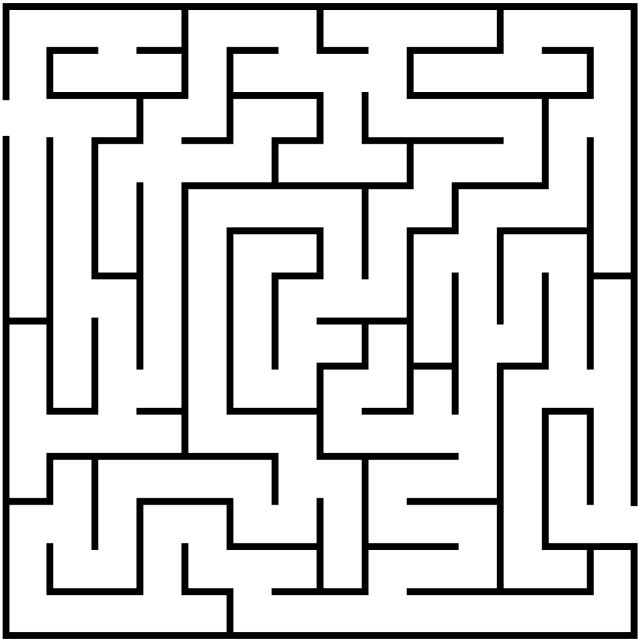
Soms merkt de dokter dat jouw darmen heel erg vol zitten met kaka en dat deze erg hard is geworden. Meestal geven ze jou dan een vloeistof via de anus (het gaatje waarlangs de kaka naar buiten komt), zodat de kaka al malser kan worden. Dit noemen we een lavement.

Je krijgt in het ziekenhuis ook een speciale oplossing (medicatie) die je helemaal moet leegdrinken. Deze medicatie maakt de kaka malser. Als het niet lukt om de medicatie leeg te drinken, plaatsen de verpleegsters een maagsonde. Dat is een flexibel buisje dat via jouw neus geplaatst wordt tot helemaal in jouw maag. Door het flexibele buisje loopt de medicatie tot in je darmen zodat die jouw kaka malser maakt en je gemakkelijker naar het toilet kan gaan. Zo kunnen jouw darmen leeg gemaakt worden. Natuurlijk zullen de verpleegsters jou uitleggen wat ze precies gaan doen en geven we je nog verdere informatie hierover.

Hoe vind je het om opgenomen te zijn in het ziekenhuis?



Vind jij de weg terug van de medicatie tot de kaka?



3.2 De pedagogisch medewerker

Zullen we je uitleggen wat de pedagogisch medewerker doet?



De pedagogisch medewerker is iemand die jou uitleg geeft en die samen met jou zoekt hoe je je tijd kan doorbrengen in het ziekenhuis.

Als je je beter voelt, neemt de pedagogisch medewerker jou mee naar de speelzaal. Het kan natuurlijk ook zijn dat je je niet zo goed voelt. Dan komt de pedagogisch medewerker naar jouw kamer. De pedagogisch medewerker gaat eerst met jou kennismaken. Je kan hem/haar vertellen hoeveel zussen of broers je hebt, welke sporten je beoefent, misschien ook iets over je hobby's of over je vrienden. Hij/zij gaat samen met jou kijken welke houding je het beste aanneemt op het toilet en overloopt samen met jou hoe een stoelgangskalender werkt.

3.3 De diëtist

Een diëtist is iemand die alles heeft geleerd over gezonde voeding. Hij/zij heeft ook geleerd over hoe mensen anders moeten eten wanneer ze zich niet goed voelen.

De diëtist zal aan jou en je ouders uitleggen waarom je bepaalde voedingsmiddelen beter wel of juist niet moet eten. Je zal horen dat het belangrijk is om voedsel te eten met veel vezels zoals volkorenbrood, havermout, groeten, fruit en noten. Daarnaast is het belangrijk om genoeg te drinken, tot 1 liter per dag. Dat is heel wat, hè?!



3.4 De psycholoog

Een psycholoog is iemand die met kinderen en hun gezin praat, tekent en speelt om hen beter te leren kennen. Als de psycholoog bij jou op de kamer langskomt, gaat ze vooral veel vragen stellen aan jou, je mama en/of papa om jullie beter te leren kennen.



Soms kan het zijn dat je lichaam pijnsignalen geeft omdat je je ergens zorgen over maakt of iets spannend vindt. Zo kan het dat je hoofdpijn hebt of buikpijn krijgt wanneer je een toets moet maken, naar een feestje moet of een spreekbeurt moet geven voor de klas. Je lichaam spreekt dan voor jou en vertelt door de buikpijn of hoofdpijn dat iets spannend is. Soms kan dit er ook voor zorgen dat je je kaka ophoudt en verstoep geraakt.

Het is wel spannend als er zoveel over jou gepraat wordt en soms ook wel gek als het zoveel over kaka gaat.

Weet dat er niets te gek is om over te praten. En al zeker niets fout!

In de denkballonnetjes kan je schrijven of tekenen wat in je hoofd zit of waar je wel eens aan moet denken.



3.5 De verpleegkundige

De verpleegkundige zal je het meest zien tijdens de periode dat je in het ziekenhuis verblijft. Je herkent verpleegkundigen aan hun witte uniform en meestal dragen ze ook gemakkelijke schoenen, want ze moeten een hele dag rondlopen.

De verpleegkundige zal jou verzorgen. Hij/zij zal jou de nodige medicatie geven, jouw eten brengen of je geruststellen. Soms komt hij/zij ook langs om te kijken of je geen koorts hebt of om te polsen hoe het met jou gaat.



Je zal merken dat de verpleegkundige niet de hele dag dezelfde is. Dat is omdat ze niet altijd op hetzelfde moment van de dag werken. Soms werken ze vanaf vroeg in de ochtend, soms beginnen ze pas in de middag tot 's avonds laat en sommigen werken 's nachts. Je zal dus veel verschillende verpleegkundigen zien tijdens jouw opname.

04 WIST JE DAT?

Wist je dat het belangrijk is om iedere dag naar het toilet te gaan?

Ga steeds na het eten 5 minuutjes op het toilet zitten of wanneer je voelt dat je moet gaan. Je kan gerust een boekje of spelletje meenemen om het wat gezelliger te maken. Je kan ook aan jouw mama of papa vragen of ze een wekkertje zetten, zo weet je zeker dat je lang genoeg hebt geprobeerd. Het is natuurlijk niet erg als het van de eerste keer niet lukt, dat kan gebeuren. Belangrijker is dat je blijft volhouden!



Wist je dat het belangrijk is om een goede houding aan te nemen op het toilet?



Als je op het toilet zit, moeten je voeten plat op de grond komen. Lukt dit niet, dan kun je een plankje of een krukje gebruiken. Zo kan je het beste ontspannen.

Wist je dat je door te bewegen de werking van je darmen stimuleert? Hierdoor wordt de kaka zachter. Blijf dus goed bewegen!

Wist je dat je een schema kan bijhouden?

Soms kan het helpen om een schema bij te houden van wanneer je kaka doet. De dokter kan dan precies zien hoe vaak je naar het toilet gaat, hoeveel kaka je hebt of misschien zelfs hoe de kaka eruitziet. De dokters kunnen dan zien of het na een tijdje beter gaat en weten dan ook hoe ze jou kunnen helpen. Als je weer naar het ziekenhuis komt voor controle, mag je dit schema meenemen. De pedagogisch medewerker zal je hier vast wel iets van zeggen en anders mag je er gerust naar vragen.



05 VRAGEN?

Heb je nog vragen? Dan mag je ze zeker stellen!



Ook na ontslag kunnen jullie bij vragen of problemen steeds terecht bij volgende personen:

- Afdeling Pediatrie, tel. 089 80 61 50
- Kinderpsychologe, tel. 089 32 76 59
- Consultatie Pediatrie, tel. 089 32 76 21

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be