Hypnotherapie bij kinderen met buikpijn

Behandelprogramma
‘De baas over je darmen’

Informatie voor ouders

ijsselland ziekenhuis

Hier gaat het om u.

www.ysl.nl

Patiënteninformatie

Chronische buikpijn bij kinderen



Ongeveer 5% tot 20% van de kinderen in Nederland heeft last van chronische buikpijn. Vaak in combinatie met harde of juist zachte ontlasting.
Een vervelende aandoening die vaak veel invloed heeft op verschillende gebieden van het dagelijks leven zoals stemming, omgang met andere kinderen, schoolprestaties en schoolverzuim.

De kinderarts stelt de diagnose ‘functionele buikpijn’ of ‘prikkelbare darmsyndroom’ op basis van een anamnesegesprek en lichamelijk onderzoek.

Bij kinderen met prikkelbare darmen reageren de darmen overgevoelig op allerlei prikkels zoals voedsel, spanning en emoties. Medicijnen helpen uw kind niet altijd voldoende.

Effectieve behandeling met hypnotherapie

Hypnotherapie is bij kinderen met prikkelbare darmen zeer effectief. Uit onderzoek blijkt dat 70% van de kinderen met buikpijn na de behandeling pijnvrij is, ook na 5 jaar.

Wat is hypnose

Hypnose of trance is eigenlijk een heel alledaags verschijnsel dat het beste vergeleken kan worden met doelgericht dagdromen. Iemand die onder hypnose is, is tegelijkertijd heel geconcentreerd en diep ontspannen.
Daar zijn kinderen heel erg goed in!

Hypnotherapie bij prikkelbare darmen

Samen met de hypnotherapeut doet uw kind allerlei verbeeldingsoefeningen terwijl het hierbij heel ontspannen is. Zo kan het zich bijvoorbeeld een pijnlijke buik voorstellen als een warme, zachte buik.
Deze gedachtebeelden hebben invloed op de darmwerking. Veel mensen herkennen dit principe uit het volgende voorbeeld.

> ***Als je alleen maar denkt aan je lievelingsgerecht, loopt het water al in je mond.***

Het gedachtebeeld is voldoende om, in dit geval, het speekselklierorgaan aan het werk te zetten.
Dit vermogen om het lichaam te beïnvloeden met gedachtebeelden is in hypnose nog vele malen groter. Daarnaast leert uw kind verschillende ademhalings- en ontspanningsoefeningen. Alle oefeningen zijn er op gericht om de overgevoeligheid van de buik te verminderen.

Behandelprogramma ‘De baas over je darmen’

- Het programma bestaat uit een **intakegesprek** met de ouders en het kind. In dit gesprek vraagt de hypnotherapeut naar de buikpijngeschiedenis van uw kind en geeft uitleg over de behandeling.
- De behandeling bestaat uit **zes hypnotherapiesessies** in een periode van drie maanden.
- Uw kind wordt aangemoedigd de **oefeningen ook thuis** te doen zodat het resultaat van de behandeling optimaal is. Onze ervaring is dat kinderen dat meestal met veel plezier doen omdat ze het leuke oefeningen vinden en ervaren dat ze steeds meer regie over hun eigen buik krijgen.

Voor wie

- Het programma ‘De baas over je darmen’ is bedoeld voor kinderen van 6 tot 18 jaar.
- Om voor deze behandeling in aanmerking te komen, is een schriftelijke verwijzing van een specialist nodig.
- Als er - naast de chronische buikpijn - psychische of sociale problemen worden geconstateerd die om behandeling vragen, wordt u doorverwezen naar een kinderpsycholoog.

Heeft u nog vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de heer E. Moleman, medisch maatschappelijk werker en hypnotherapeut.
Hij is bereikbaar via het algemene telefoonnummer van het IJsselland Ziekenhuis: **010 – 258 5000**.



Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige krijgt. Vraag het hen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico’s of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland** **Let op: vraag op www.digid.nl ook voor uw kind een eigen DigiD-code aan voor inzage in zijn/haar gegevens in Mijn IJsselland!**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**