

Een kind zindelijk maken doe je zo!
Een wetenschappelijk onderbouwde visie op de
zindelijkheidsproblematiek

Prof dr Alexandra Vermandel (MPT,PhD)

Hoofddocent Universiteit Antwerpen
Faculteit Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen
Coördinator Klein Bekken Kliniek Kine Universitair Ziekenhuis Antwerpen

Kennis / Ervaring / Zorg

Universiteit Antwerpen / UZA

1

Een multidisciplinaire onderzoekslijn sinds **15 jaar**

■ **Dienst urologie UZA/ UA faculteit GGW**

- Prof. dr. Alexandra Vermandel
- dr. Tinne Van Aggelpoel
- Em Prof Dr Wyndaele JJ
- Prof Dr De Wachter Stefan
- Prof Dr De Win
- Prof Dr Glazemakers

■ **Onderzoeksgroep Medische Sociologie en Gezondheidsbeleid UA**

- Prof. dr. Guido Van Hal

2

Situering zindelijkheid

• Over wat spreken we ?

"Je kind zindelijk krijgen?" Acco 2017

3

Inleiding :

Zindelijkheid = een natuurlijke ontwikkeling van het kind

De urinewegen

MAARTIN VANDERJEVER

Hoe je kind zindelijk krijgen? Vermandel A, Acco Leuven 2017

4

Plassen ?

Urineblaas

Sluitspier

Zelf

nieren

Afvoerbuis nieren

Hoe je kind zindelijk krijgen? Vermandel A, Acco Leuven 2017

5

Uterus

Bladder

Rectum

Anus

Vagina

Pelvic floor

Muscles of pelvic floor

Bekkenbodemspieren ?

© Healthline, Incorporated

6



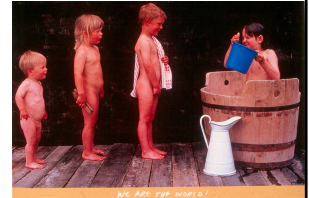
Plassen kun je vergelijken met een ballon (de blaas): wanneer de ballon opgeblazen is, laat je het teutje (de sluitspier) los, waarop de ballon leeg loopt.



7

7

Opgroeien tot continent zijn



Opgroeien = grotere inhoud, synerge lediging

8

8

Normale fysiologie

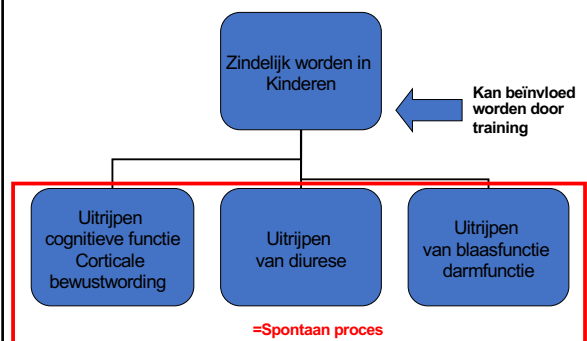
Gecontroleerd plassen en stoelgang maken



9

9

Rijping van het zenuwstelsel :



10

10

Zindelijkheid... bewuste controle



Lagere urinewegen – Endeldarm

11

11

VERSCHIL plassen en stoelgang maken ???

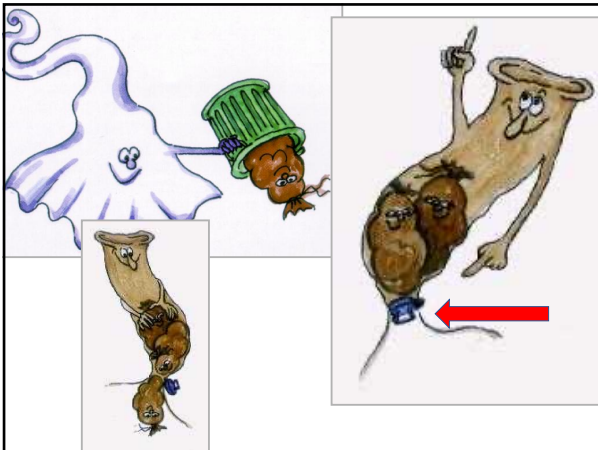
Eender welk moment kunnen plassen
Stoelgang drang

Consistentie
Persen

Frequentie

12

12



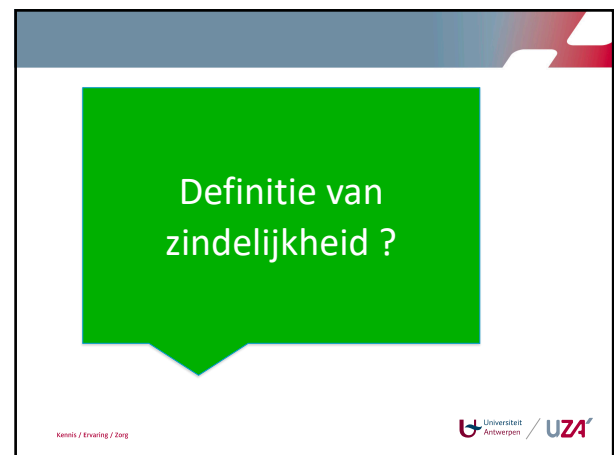
13



14

Type 1		Harde losse keutels, moeilijk uit te scheiden
Type 2		Worstvormig, maar zichtbaar samengekleefde keutels
Type 3		Worstvormige stoelgang, brokkelig van structuur
Type 4		Worstvormige stoelgang, zacht en glad van structuur
Type 5		Zachte stoelgang met duidelijk scherpe contouren (makkelijke stoelgang)
Type 6		Zachte tot zeer zachte stoelgang (met onduidelijke contouren)
Type 7		Waterige stoelgang, geen structuur aanwezig

15



16



17



18



19

Training?

Het woord 'training' betekent volgens Van Dale:

- 'stelselmatig oefenen in een tak van sport'
- 'oefenen in een bepaalde vaardigheid'.

In de begeleiding van het zindelijkheidsproces kunnen we het woord 'trainen' ook interpreteren als 'ondersteuning bieden'.



Blum *et al.*, 2004

20



kunnen: *lichamelijke ontwikkeling*
(sluitspiëren , naar potje gaan , rimping , gewaarwordingen voelen)

begrijpen : *verbanden leggen, voldoende taal begrijpen, cognitief rijp zijn.*

willen: *persoonlijkheid, temperament.*

21



Verlating zindelijkheid

Laatste 60 jaar

- Zowel **start** als **moment van droog** zijn
 - 1940 start <18mnd nu 21-36 mnd
 - 6 tot 15 mnd later droog

1960: **90%**
2006: **22% droog aan 2.5 jaar**

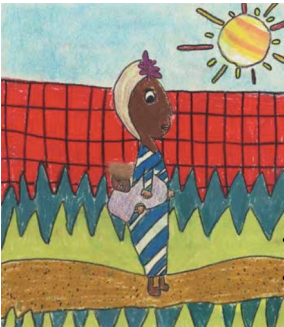
"Je kind zindelijk krijgen?" Acco 2017

22

[illegible]

23

Zindelijkheidsmethodes **afhankelijk cultuur**



- Start verschillende leeftijd
- Andere methode

"Je kind zindelijk krijgen" Acco 2017

24



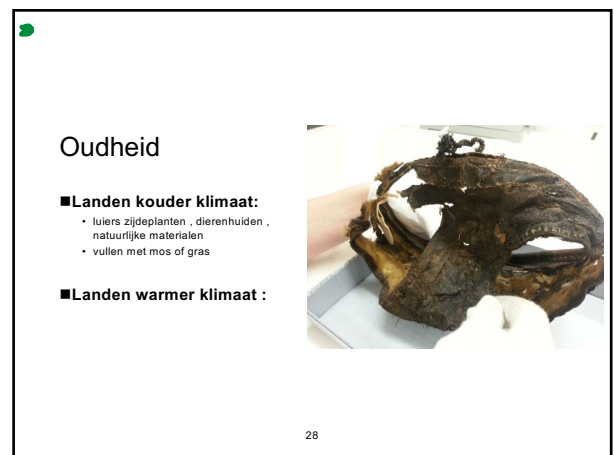
25



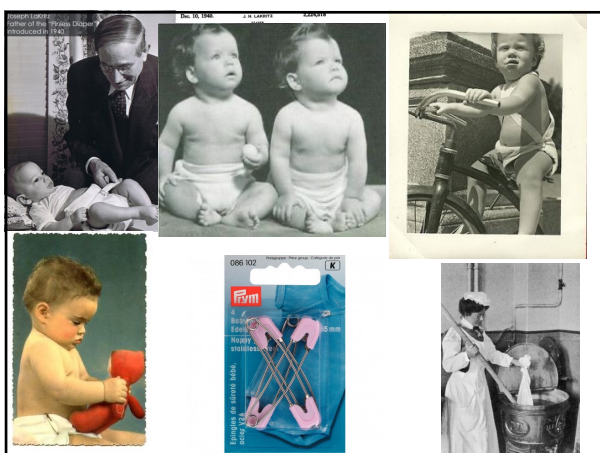
26



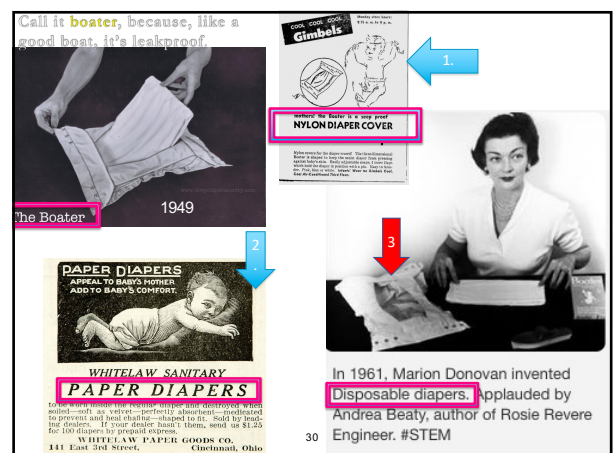
27



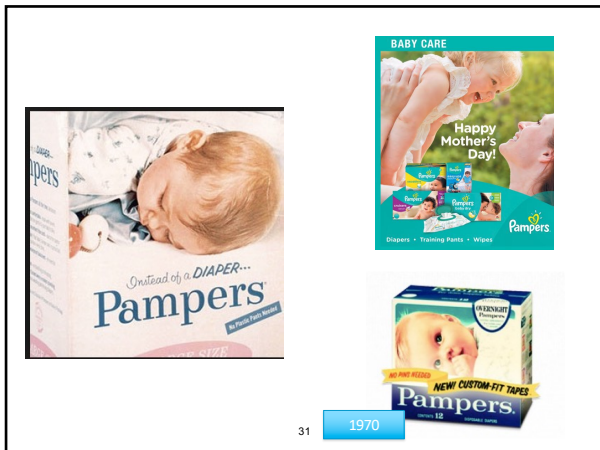
28



29



30



Waarom verlating ?

- Niet door het kind
- **Omgevingsfactoren!!!!**

Bakker et al , 2000 , Blum et al. 2004 , Horstmanshoff et al., 2003; Schum et al., 2001, Blum et al., 2003 ...

34



Luiers: mogelijke vertragende invloed uitoefenen op het zindelijkheidsproces

door de luier weten we niet **wanneer** het kind moet plassen

Berk et al 1990, Horstmanshoff et al 2003, Shum et al 2001, Vermandel 2008

36

Mogelijke gevolgen van verlating



37

Belasting van kleuterleidsters vergroot

Zindelijk?

Als je kleuter 2,5 jaar is maar nog niet zindelijk, mag hij toch naar de kleuterschool. De school mag de ouders niet vertellen over het belang van zindelijkheidsstraining, en moet zo overtuigen van de mogelijkheden die zijn.

Zindelijkheidsstraining is een verantwoordelijkheid die ouders niet mogen aanpakken (M. Klok en G. Groot).

Juten willen af van onzindelijke kleuters

Kinderen die niet zindelijk zijn, de kleuterjuffen stoppen er meer tijd in dan hun lief is. 'Het is weer een bewaarschool geworden', zegt de moeder, 'goedloper dan de creche'.

BRUSSEL | Ouderleiders zijn geduldzaam. Ze willen dat hun kleuter zindelijk wordt. Maar het is niet altijd makkelijk. Het is een proces dat soms maanden kan duren. En de ouders worden vaak geconfronteerd met de vraag: 'Wanneer wordt mijn kind zindelijk?' Het is een vraag die vaak wordt gesteld, maar die niet altijd wordt beantwoord.

De meeste kleuters zijn zindelijk op de leeftijd van twee en een half jaar. Maar er zijn ook kinderen die langer nodig hebben. Dit is niet altijd een probleem, maar het kan wel een uitdaging zijn voor de kleuterleidsters. Ze moeten vaak meer tijd besteden aan het toilettrainingen van deze kinderen, wat kan leiden tot vermoeidheid en stress.



Eén op vier peuters niet zindelijk bij start kleuterschool

Eén op vier tot vijf kinderen die de overstap maken van een kinderdagverblijf naar de kleuterschool, is niet zindelijk. Dat blijkt uit een onderzoek van het Universitair Ziekenhuis Antwerpen. Bovendien heeft één op de drie kinderverzorgers het gevoel dat de ouders de verantwoordelijkheid daarvoor op hen afschuiven.

Aantal niet-zindelijke kleuters verdubbeld in vijf jaar tijd



38

Kleuterleidsters

- * 9u35 kleuter 1 hangt vol kaka, heeft zichzelf willen propermaken
 - * 10u05 kleuter 2 doet kaka in broek tijdens speeltijd
 - * 10u30 kleuter 1 plast in broek
 - * 11u40 kleuter 3 plast in broek
 - * 12u30 kleuter 4 komt met kaka binnen
 - * 13u30 kleuter 5 roept paniekerig aai kaka doen...Oef op tijd.
- Bewondering...andere kleuter grijpt kaka beet; resultaat...

Karel, een lieve stille kleuter die héél graag leert, komt met een speelgoed gsm naar mij en zegt met een brede lach: "Juf, weet je, ik heb juf Nicole opgebeld"

Wat een zaaaalige superman...zo'n troost...maar hij staat ook een beetje in de kou, of niet...?"

Een respondent

39

Zindelijkheid in kleuterscholen Taak van de kleuterleidsters

Tijdschrift voor Geneeskunde, 66, 10, 2010

doi: 10.1111/j.1365-0045.2010.03000.x

Epidemiologie

Bevraging van kleuterleidsters over zindelijkheid

A. Vermandel^{1,2,3,4,5}, N. Kiezen^{1,4}, K. Van Nieuwen^{1,4}, J.J. Wynne^{1,2,3,4}, G. Van Hal^{1,3}

'De aanwezigheid van onzindelijke kinderen heeft een negatieve invloed op het klasgebeuren'

JAI!

88%: meer verzorgende functie als pedagogische functie

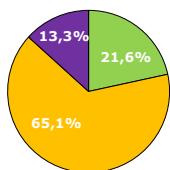
Vermandel A et al 2011

Kennis / Ervaring / Zorg

Universiteit Antwerpen / UZA

40

Ouders over zindelijkheid in Vlaanderen



Van Nunnen K, et al 2013, Vermandel et al 2011, Van Aggelpoel 20018

-Hebben onzindelijke kinderen een **nadelige invloed** op het klasgebeuren?

41

Received: 31 October 2018 | Revised: 19 February 2019 | Accepted: 24 February 2019
DOI: 10.1111/ich.12653

RESEARCH ARTICLE

WILEY

Information as a crucial factor for toilet training by parents

Tinne Van Aggelpoel^{1,2} | Alexandra Vermandel^{1,2} | Jessica Fraeyman³ | Michiel Massart³ | Guido Van Hal³



42

Ouders: een heel belangrijke rol

**motivere
n**

**op eigen
tempo**

American Academy of Pediatrics, 1999: 1362-1363; Warner, Kelly, 2004: 19-20, 23

43

Het milieu : totale restafval



Per kind > dan 5.300 luiers, bijna 5 per dag

5-8% van het restafval in Vlaanderen

44

Van Nieuwen et al., 2013, OV&AM

44

Hoe het werkt



PAKKET OP MAAT
Wanneer je baby groter, dan wordt je gewone een groter formaat luiers. Ook de gewenste aantallen kan je makkelijk aanpassen.



AUTID LUIERS IN HUIS
Elke week heb je de zekerheid van een pakket vers gewassen Washcot-luiers. Aan huis geleverd, op jouw vaste Washcot-dag.



WEEKLIJKE OPHALING
Je verzamelt de gebruikte luiers in onze weeklijks Washcot-zak, die wij vervolgens wekelijks bij jou komen ophalen.



PROPER GEWASSEN
De Washcot-luiers worden gereinigd volgens een wasproces waarin strikte hygiëne, gezondheid en energiezuinigheid de 'groene' draad vormen.



FLEXIBEL Afschrijven
Op je persoonlijke loginspagina kan je je kalenderaanpassen en beheert!





45

45

Toelating school

Financieel : kosten luiers



Hygienische problemen: kinderdagverblijven en kleuterscholen het risico op diarree en hepatitis A doet toenemen.

Fiecx et al 1973, Stadler et al 1999, Vermandel 2008

46

46

Stress ouder en kind

Grotere afhankelijkheid
Psychologische gevolgen : frustratie , straffen ...



Fiecx et al 1973 , Lucxen et al 1994 , Krigman et al 1983, Vermandel et al 2008

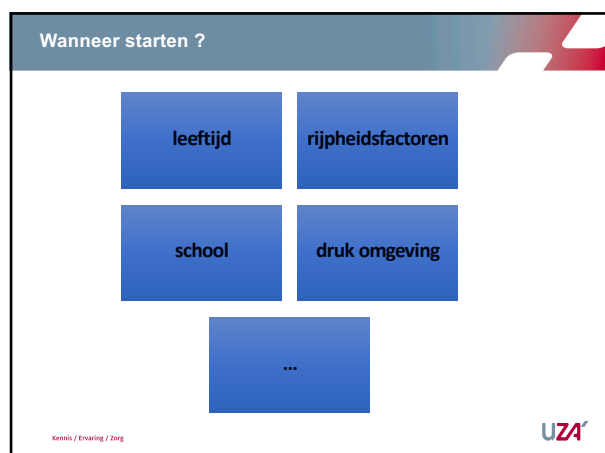
"Je kind zindelijk krijgen ? Acco 2017"

47

Facilitatietechnieken:
"dat het vlotjes mag gaan "



48



49

Klaar of niet klaar: de timing is alles

Right Age ?

- Brazelton (1962,1999): child-oriented approach; wait until **24** months
- Spock and Bergen (1964): every healthy child ready at **18** months
- Foxx and Azrin (1973): parent-oriented but toilet readiness necessary, **20** months
- American Academy of Pediatrics: based on child-oriented advisable to TT > **24** months (Christophersen 2003; Jansson et al 1999)
- Canadian Paediatric Society (2000): At 18 months readiness can be assessed: **no specific** initiation age
- Schum et al (2002): **22-30** months

18 to 30 months (AAP)

50

Rijpheidssignalen (RS)

=

- Tekenen bij het kind
- Fysisch & psychologisch 'klaar' (Brazelton et al.1999)

Kunnen zich pas LAAT presenteren als gevolg van ?

Kennis / Evaluatie / Zorg Universiteit Antwerpen / UZA

51

RS	Rijpheidssignalen	Leeftijd in maanden
1	Het kind kan gedrag imiteren	15-24
2	Het kind kan zitten zonder hulp	4-16
3	Het kind kan stappen zonder hulp	8-18
4	Het kind kan kleine voorwerpen opnemen	9-18
5	Het kind kan nee zeggen als teken van onafhankelijkheid	9-24
6	Het kind begrijpt en kan reageren op richtlijnen, vragen en uitleg en kan eenvoudige commando's opvolgen	9-26
7	Het kind drukt een evacuatienuod uit en toont een bewustzijn over de nood om te plassen of stoelgang te maken	12-24
8	Het kind plaatst spontaan spullen in containers	10-26
9	Het kind evacueert op het potje wanneer het de nood voelt om te plassen of stoelgang te maken	
10	Het kind begrijpt potjesgerelateerde woorden	12-26
11	Het kind heeft een ruime woordenschat	12-26
12	Het kind wil deelnemen aan en toont interesse voor de zindelijkheidstraining	12-28
13	Het kind is droog na het middagdutje	>12
14	Het kind wil taken vervullen zonder hulp, is trots op nieuw geleerde vaardigheden	12-36
15	Het kind wil droog zijn en ervaart stress bij een natte luier; het geeft meestal aan dat het een natte luier of vuile broek heeft	18-24
16	Het kind kan kleren aan- en uitdoen in een zindelijkheids-gerelateerde context	18-36
17	Het kind plaatst zaken waar ze horen te staan	≥ 24
18	Het kind kan stilzitten op het potje voor enige tijd zonder hierin gedwongen te worden.	25-33

52

52

Development Signs in Healthy Toddlers in Different Stages of Toilet Training: Can They Help Define Readiness and Probability of Success?

Jean-Jacques Wyndaele, MD, DBMSc, PhD¹, Nore Kaerts, PhD¹, Michel Wyndaele, MD, PhD¹, and Alexandra Vervandael, MPT, PhD^{1,2}

- Kan nood om stoelgang te maken of te plassen **duidelijk maken** en geeft meestal zelf vuile/natte luiers of onderbroeken aan
- Wil **taken** zelf volbrengen **zonder hulp**, trots op nieuwe vaardigheden
- Kan zelf kleren naar beneden en boven trekken (aan en uit)

= belangrijke **voorspellers** voor succesvolle ZT

Wyndaele JJ et al 2020

Kennis / Evaluatie / Zorg UZA

53

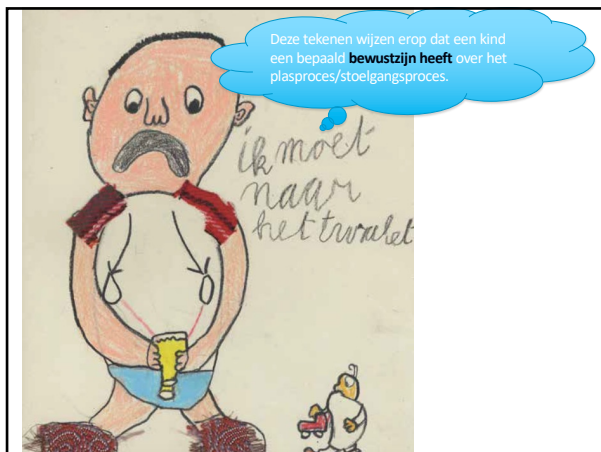
ELIMINATIESIGNAAL ?

= alle signalen die een kind vertoont voor en tijdens het plassen/ontlasten

= non-verbale communicatie

Kennis / Evaluatie / Zorg Universiteit Antwerpen / UZA

54



55

Journal of Pediatric Orthopaedics 2020; 40: 545-549

Review Article

'Elimination signals' in healthy, NON toilet trained children aged 0–4 years: A systematic review

Alexandra Vermandel ^{1,2,3}, Guido Van Hael ⁴, Kelly Van der Cruyssen ⁵, Tine Van Aggeloort ^{6,7}, Hedwig Neels ^{8,9}, Gunter De Win ¹⁰, Stefan De Wachter ^{11,12}

Enkele voorbeelden :

- even stoppen met het spel
- veranderen van houding of mimiek
- kijkt naar of houdt zijn handen aan de plaats waar zijn plasbuis of anus ligt
-

Abstract ESPU Van der Cruyssen et al 2016
Vermandel A. et al 2020

56

Dragen ondergoed of geen ondergoed

Gevoel versterken
Versnelt het droogwordingsproces als het kind er rijp voor is

Tarbox (Polaha)

57

Bereid uzelf voor en voorbereiding peuter

De sterkste motivatie voor een kind dat zindelijk wordt, is het gevoel dat het groot wordt.

58

Vroeger kon het pipi doen
1. waar en wanneer het maar wilde
2. eender welke houding

Het kind voorbereiden op de ZT

59

Aan- en uitkleden: kledij

- Best kledij die ze gemakkelijk zelf kunnen uitdoen
- aangepaste kledij
- Reservekledij
- te groot

aangepaste kledij

60

Imitatie



61



62



63



64



veranderingen in het gezin , situaties die **stress** kunnen bezorgen



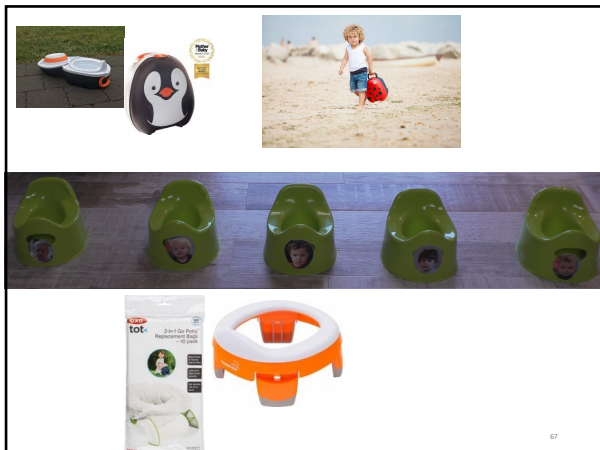
goede communicatie ,overleg alle Z- trainers (zelfde methode) anders verwarrend voor het kind

65

Het potje



66



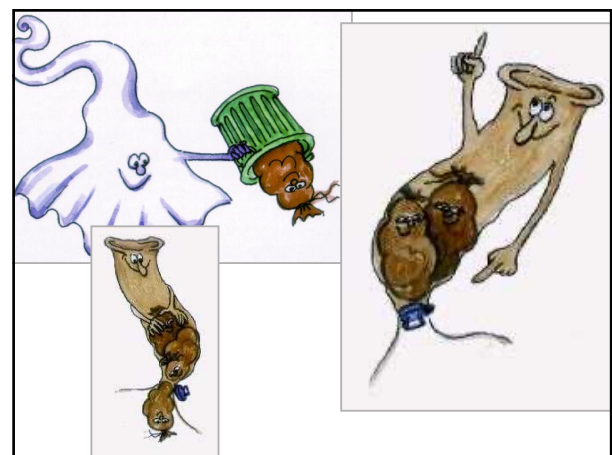
67



68



69



70

Bristol Stool Chart		obstipatie ???? • uitdrijven • moeilijk • pijnlijk • <3x/week • hard + wordt opgehouden
Type 1		
Type 2		
Type 3		
Type 4		
Type 5		
Type 6		
Type 7		

71



72

• **1/5** van de kinderen gaat door een periode van

- weigeren om op het potje kaka te doen
- zich verstoppen als ze kaka in hun pampers doen

• **1/4** inmenging /tussenkomt arts




73

Moment van stoelgang maken ???

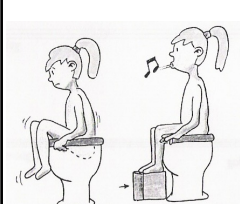
74



75

■ Kinderen gebruiken volwassen toiletten :

■ **Moeilijk op de juiste manier persen /ontspannen !!!!!!!**




76

Woordgebruik ,lichaamsdelen en functies van het lichaam

Het zou goed zijn dat de mensen met wie het kind in contact staat tijdens de trainingsperiode, **dezelfde woorden** gebruiken.

Bijvoorbeeld:

kaka, pipi, stoelgang, spleetje, pierlewietje, kakapoep, mijn verboden , plasgaatje, vagina, piemel, prutske, penis pipipoep, plasserke

77

Plaats training

Intensief trainingsmoment

Wees consequent

78

Beloningssystemen

- Belonen is belonen: nadruk op gewenst gedrag
 - (zonnetjes, ~~welkjes~~)
- Verdient is verdiend !!!!!: ~~afnemen~~
- Houd het haalbaar
 - vb ~~te duur, geen tijd~~



belonen gewenst gedrag

:sociale, materiële, actie

**realistische doelstelling ,
onmiddellijk !!!!**

(Fox et al 1974, Brazelton et al., Vermandel et al 2010)

79

Ik heb geprobeerd met stickers kleven of applaus, maar dat had niet het gewenste resultaat. M&M's waren wel een succes. Mijn dochtertje Katrien van 25 maanden mocht er eentje kiezen van elke kleur als beloning als ze op het potje pipi had gedaan. Dat was een wondermiddel. Hilde, mama

Kira was zo fier om 's avonds aan papa haar arm vol stempels te laten zien. Zoveel keer had ze op het potje pipi gedaan en zelfs één keer kaka. Wat was papa blij dat hij een flinke dochter had!

Sandra, mama

80

Middagdutje
Grotere
blaascapaciteit

Jansson et al 2005

81

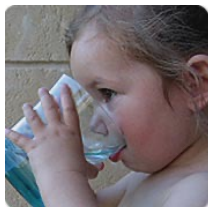


**tijd maken. Intensief
trainingsmoment ?**

82

Groot aantal pogingen

- Doel : kind **regelmatig plassen**



83

83



ongelukjes
oefening baart kunst

84

- Komen meer voor :
 - buiten aan het spelen zijn : in hun spel opgaan
 - televisie aan het kijken zijn ,
 - tekenen.....
- Reden:



1. intensief gefocust zijn op een activiteit:



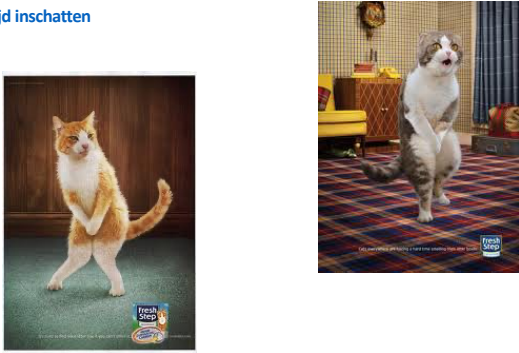
85

■2.Nieuwe situatie



86

■3.Tijd inschatten



87

Straffe



88

Zindelijk zijn is een van de eerste stappen naar zelfstandigheid

Goed voor ouders en kind???



89



2 jaar , 4-7x/dag ??? Hoeveel uur ??

90

Welke methode ???

• **Methodes voor en nadelen**

• **Levensstijl van de ouders**

- Tijd
- Opvoeding
- Financieën
- Intuïtie

• **Karakter van ouder en kind**

• **Maatschappelijke normen /levensstijl**

- Nood aan onderzoek : methodes vergelijken

91

91

Probleemstelling

• Oorzaak:

- De algemene raadgevingen betreffende de methode van zindelijkheidstraining zijn :

• **weinig wetenschappelijk onderbouwd**

- voornamelijk gebaseerd op de ervaringen van deskundigen op dit gebied.

92

92

European Journal of Pediatrics
https://doi.org/10.1007/s00431-020-03879-y

ORIGINAL ARTICLE

Implementing a new method of group toilet training in daycare centres: a cluster randomised controlled trial

Tinne Van Aggelpoel^{1,2} · Stefan De Wachter^{1,2} · Hedwig Neels^{1,2} · Guido Van Hal³ · Ella Roelant^{4,5} · Alexandra Vermandel^{1,2}

Received: 14 April 2020 / Revised: 6 November 2020 / Accepted: 18 November 2020

European Journal of Pediatrics
https://doi.org/10.1007/s00431-020-03879-y

ORIGINAL ARTICLE

Implementing a new method of group toilet training in daycare centres: a cluster randomised controlled trial

Tinne Van Aggelpoel^{1,2} · Stefan De Wachter^{1,2} · Hedwig Neels^{1,2} · Guido Van Hal³ · Ella Roelant^{4,5} · Alexandra Vermandel^{1,2}

Received: 14 April 2020 / Revised: 6 November 2020 / Accepted: 18 November 2020

Toilet Training of Healthy Young Toddlers: A Randomized Trial Between a Daytime Wetting Alarm and Timed Potty Training

Alexandra Vermandel, MPT*, Joost Weyler, MD, PhD, Stefan De Wachter, MD, PhD, Jean-Jacques Wynant, MD, PhD, DSc*

93

93

Fabels en waarheden

Te jong ?

Vroege ZT is slecht voor het kind ???



Blum et al 2003, Vermandel 2008

94

94

Veel voorkomende problemen gelinkt aan geforceerde, verlate ZT !!!

Urine

Terugkerende blaasontstekingen

Verlies van urine (druppelverlies tot volledige plas)

Heel vaak moeten plassen

Disfunctioneel plassen

Angst om te plassen

Stoelgang

Angst om stoelgang te maken

Obstipatie

Verlies van ontlasting of vegen in de onderbroek

95

95



ALEXANDRA VERMANDEL

Je kind zindelijk krijgen? Dat doe je zo!

De zindelijkheidstraining is geen eenvoudige opdracht. Weerstand bij de peuters, ongelukjes thuis en onderweg en stress bij de ouders en het kind horen er vaak bij. Toch wil het ene kind vaak eerder afgang vinden, het andere kind langer. Hoe kan dat? Hoe kan het kind het beste worden begeleid?

ISBN 9789461440389
18 september 2017
128 blz.
€ 10,95

Gebaseerd op ervaring van deskundigen en ouders

Beslist praktische tips voor ouders en peuterbegeleiders

Wetenschappelijk onderbouwde visie

De vroege en late toilettraining worden beter begrepen. De vroege tips en tricks helpen ouders en begeleiders in het taal om de peuter zindelijk te krijgen. Eerste voorbeelden: 'Lijkt en regent op de regen die je kind geeft', 'Het is peuter om te laten regenen op een velle kluis of daver', 'Verander je kind om het geinig van vaders te ervaren' de vroege: 'het geinig'.

Geniet nu 15% korting op de gratis verzending door het boek online via www.acco.be te bestellen met kortingscode JKZK19GZ3282.

acco
MAAKT KENNIS MET U

96

96

Dank u voor jullie aandacht



97