

Spina bifida team

Ontlastingsproblemen bij spina bifida

Kinderen met spina bifida hebben vaak problemen met de ontlasting. In deze folder leest u hoe u hiermee om kunt gaan.

Ontlastingsproblemen

Oorzaken

In het onderste gedeelte van het ruggenmerg ligt het centrum waar de functie van de endeldarm inclusief de sluitspier van de anus wordt geregeld. Afwijkingen in dit gedeelte van het ruggenmerg leiden daarom tot problemen met de ontlasting (defecatiestoornissen). Dit noemen wij een neurogene darm. Bij een groot percentage van de kinderen met spina bifida functioneert de sluitspier van de anus niet goed. Dit komt door verstoorde aansturing vanuit het ruggenmerg. De kinderen hebben daardoor geen controle meer over het ophouden van hun ontlasting of het kwijtraken daarvan. Dat kan leiden tot incontinentie (de ontlasting komt er gewoon uit), obstipatie (verstopping) of beide; als een verstopping lang duurt kan dat namelijk een continu verlies van dunne ontlasting tot gevolg hebben (overloopdiarree).

Behandeling van incontinentie

Het streven is om kinderen met spina bifida in de schoolgaande leeftijd continent te krijgen. Ongeveer een half jaar voor het starten van de basisschool is het van belang om het poepen te bespreken met arts/verpleegkundig specialist. Het kan zijn dat door vaste tijden op het toilet te zetten dat de ontlasting hierdoor dagelijks komt.

Maar dit leidt bij de meeste kinderen niet tot volledige continentie. In het begin wordt er gebruik gemaakt van medicatie. Als dit afdoende blijkt wordt er overgegaan op het spoelen van de dikke darm.

Behandeling van verstopping

Dieetadviezen

Een gezonde, gevarieerde voeding die veel ruwe vezels bevat, kan problemen met verstopping voorkomen of verminderen. Vooral bij zuigelingen is het geen eenvoudige opgave om voeding met veel ruwe vezels te gebruiken. Zodra het kan, is het belangrijk om uw kind zo veel mogelijk groente en fruit te geven. Verder is het belangrijk dat uw kind altijd genoeg drinkt. Te weinig vocht versterkt namelijk de verstopping.

In een voedingsvezelrijk dieet is een ruime hoeveelheid drinkvocht erg belangrijk. Voedingsvezel houdt namelijk vocht vast in de ontlasting, waardoor dit soepel blijft. Het is dan ook belangrijk naast de hoeveelheid die uw kind normaal drinkt een bepaalde hoeveelheid extra vocht te geven. De hoeveelheid is afhankelijk van de leeftijd van uw kind.

Aanbevolen hoeveelheid extra vocht:

0,5 tot 1 jaar	0,5 liter extra vocht per dag	3 bekers
1 tot 4 jaar	1 liter extra vocht per dag	7 bekers
4 tot 7 jaar	1,5 liter extra vocht per dag	8 tot 9 bekers
Ouder dan 7 jaar	1,5 liter extra vocht per dag	10 bekers

Een beker bevat ongeveer 150 ml vocht.

- Extra vocht kan zijn: water, vruchtensappen, verdunde limonade, verdunde rozenbottelsiroop, mineraalwater zonder prik, groentesappen.
- Geef uw kind liever niet te veel chocoladedranken, priklimonade (bijvoorbeeld cola of sinas) en mineraal water met prik, extra thee, extra koffie en extra melk.

Voor meer informatie over voedingvezelrijk dieet zie de folder "[Adviezen voor een voedingsvezelrijk eetpatroon](#)"

Laxeermiddel

Het kan zijn dat een goed dieet niet voldoende helpt. Uw kind krijgt in dat geval een mild laxeermiddel, bijvoorbeeld macrogol. Dit middel zorgt ervoor dat de ontlasting zacht blijft, het middel wordt niet in het lichaam opgenomen. Het kan langdurig gebruikt worden zonder dat er gewenning optreedt. Zwaardere laxeermiddelen worden hooguit een enkele keer en dan alleen voor een zeer korte periode toegediend.

Spoelen van de dikke darm (colonspoelen)

Als medicatie en het gebruik van vezelrijke voeding niet tot voldoende resultaat leidt, kan darmspoelen een middel zijn om tot een regelmatig ontlastingspatroon te komen. Door het spoelen is het mogelijk dat kinderen met incontinentie of obstipatie 24 tot 48 uur vrij van ontlasting zijn. Spoelen is een manier om kunstmatig te ontlasten. Laxeren is het opgang brengen van de ontlasting. Bij darmspoelen wordt water ingebracht in het laatste deel van de dikke darm. Dit geeft een gevoel van overvulling en hierdoor ontstaat persdrang. De arts of verpleegkundig specialist zal met u bespreken of spoelen nodig is. De verdere begeleiding verzorgen de kindercontinentieverpleegkundige of de verpleegkundig specialist. De thuisverpleegkundige kan u en uw kind leren darmspoelen thuis.

Dit vindt bij u thuis plaats. U kunt zelf het moment van de dag bepalen waarop u de darmen spoelt. Belangrijk is dat het spoelen altijd op hetzelfde tijdstip van de dag plaats vindt, maar nooit binnen een uur na de avondmaaltijd. In de beginperiode vindt de behandeling dagelijks plaats. Het spoelen duurt ongeveer 30 tot 60 minuten. Neem de rust en de tijd om de handeling uit te voeren. Het spoelen kan het beste plaats vinden op een toilet. Soms is een aangepaste speelstoel nodig. Dit kan aangevraagd worden door de revalidatiearts of de ergotherapeut. Omdat het spoelen enige tijd in beslag neemt, is het prettig om voor voldoende afleiding te zorgen voor het kind zoals speeltjes, boekjes of muziek. Het speelgoed mag echter het kind ook weer niet te veel afleiden. De hoeveelheid water is afhankelijk van het lichaamsgewicht. De richtlijn is 20 ml per kilogram lichaamsgewicht met een maximum van 1 liter water. Er bestaan verschillende darmspoel systemen. Samen met de verpleegkundig specialist of de kindercontinentie verpleegkundige bespreekt u voor welk systeem uw kind in aanmerking komt.

