



Een leerling met buikklachten

INFORMATIE EN ADVIES VOOR LERAREN



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

Een leerling met buikklachten

INFORMATIE EN ADVIES VOOR LERAREN

Deze Ziezon brochure geeft informatie over de gevolgen op school als een leerling te maken krijgt met chronische of langdurige buikpijn. Daarnaast krijgt u adviezen om in de schoolsituatie zo goed mogelijk te kunnen inspelen op een leerling met buikklachten.



INLEIDING

Een leerling van uw school heeft regelmatig te maken met buikpijn. Buikklachten komen vaak voor bij kinderen van alle leeftijden. Dit ziektebeeld kan veel invloed hebben op het functioneren van de leerling op school. Een leerling die te maken heeft met langdurige of chronische lichamelijke klachten, wil het liefst net zo zijn en op dezelfde wijze naar school gaan als de medeleerlingen. De praktijk leert dat dit niet altijd mogelijk is. In deze brochure leest u over de gevolgen voor het volgen van onderwijs van een leerling die regelmatig buikpijn heeft en krijgt u adviezen en tips om deze leerlingen zo goed mogelijk te ondersteunen in hun onderwijsproces.

De brochure spreekt alleen in algemene termen over leerlingen met buikklachten. Het is belangrijk om er rekening mee te houden dat de situatie van elke leerling unieke aspecten heeft, op school, thuis of in het ziekenhuis. Een goede begeleiding van de leerling kan daarom niet zonder regelmatig overleg met de leerling en zijn ouders.

In deze brochure geven we een kort overzicht van enkele veel voorkomende klachten: buikpijn (waaronder het prikkelbare darm syndroom) en verstopping. Vervolgens geven we tips voor leraren over hoe ze rekening kunnen houden met een leerling met buikklachten en geven we enkele algemene adviezen. Tot slot verwijzen we naar enkele websites voor uitgebreide informatie.

Wat is BUIKPIJN

Buikpijn kan plotseling opkomen en een korte periode hevig zijn. Men spreekt dan van acute buikpijn. Mogelijke oorzaken zijn een infectie of ontsteking. Als de infectie of ontsteking genezen is (met of zonder behandeling), is de pijn meestal weer over.

Buikpijn die gedurende meerdere maanden steeds terugkeert en wisselt in heftigheid, noemt men chronische buikpijn. Een vorm van chronische buikpijn is het prikkelbare darm syndroom. Dit wordt ook wel een spastische darm genoemd. Deze kinderen hebben buikpijn in combinatie met verstopping of diarree.

Verstopping

Verstopping wordt ook wel obstipatie of constipatie genoemd. Een kind heeft last van verstopping, wanneer het minder dan drie keer per week ontlasting heeft. De ontlasting kan hard en pijnlijk zijn. Soms lekt er wat dunne ontlasting langs de harde ontlasting, dit gebeurt onvrijwillig en wordt ook wel overloopdiarree genoemd. Dit geeft vieze vegen in de onderbroek. Deze incontinentie van ontlasting is het gevolg van de verstopping en verdwijnt zodra deze adequaat behandeld is. Als de verstopping lang aanhoudt, krijgen kinderen een laxeremiddel. Heel soms krijgen ze die binnen via een neussonde (een slangetje dat via de neus naar de maag loopt).

” TOEN ik nog op de basisschool zat had ik vaak buikpijn. Ik wilde niet poepen, want poepen deed altijd zo'n pijn. Mijn moeder heeft me meegenomen naar de dokter en die heeft mijn buik onderzocht en allerlei vragen gesteld. Gelukkig zei de dokter dat ik gezond was. Maar ik had wel een verstopping en moest meer gaan drinken. Ik dronk eerst meestal heel weinig. Nu neem ik altijd een flesje water mee naar school en drink dat in de pauzes op. Thuis drink ik ook veel meer dan vroeger. Poepen gaat een stuk gemakkelijker en ik heb bijna nooit meer buikpijn.'

Chantal, 13 jaar

GEVOLGEN VOOR HET ONDERWIJS

Wanneer een kind acute buikpijn heeft, zal het vaak enkele dagen thuisblijven en daarna weer normaal op school kunnen komen. Maar wanneer er sprake is van langer aanhoudende klachten, dan kan het verzuim erg onregelmatig zijn. Als een kind 's nachts veel last heeft van buikklachten kan het overdag vermoeid zijn. Hierdoor kunnen de prestaties negatief beïnvloed worden.

De buikklachten kunnen ook invloed hebben op het contact met leeftijdsgenoten. Lekker buitenspelen of sporten is soms een probleem. Als een leerling niet mee kan doen met de klas, kan dit tot een sociaal isolement leiden.

Kinderen kunnen medicijnen krijgen om van de buikklachten af te komen. Meestal hoeven deze niet op school ingenomen te worden, maar incidenteel kan dat wel het geval zijn. Als de medicijnen via een sonde worden toegediend, kan de sonde ook op school zichtbaar zijn.



WAT KAN SCHOOL DOEN VOOR EEN LEERLING MET BUIKKLACHTEN?

De belangrijkste adviezen op een rijtje:

- Neem de klachten altijd serieus. Chronische verstopping is een ernstig probleem en buikpijn kan ook zeer ingrijpend zijn.
- Maak bij jonge kinderen goede afspraken met de ouders over het verschonen. Kan er binnen de school iemand hulp bieden, moeten de ouders gebeld worden? Zorg dat er altijd een setje schone kleren (onderbroekje, hemdje, broek) op school aanwezig is.
- Als zindelijkheid een voorwaarde is om een leerling op school toe te laten, overweeg dan om voor kinderen met buikklachten een uitzondering te maken.
- Laat de leerling direct naar het toilet gaan als hij aandrang heeft. Uitstel kan een verstopping verergeren.
- Te weinig drinken kan harde en droge ontlasting tot gevolg hebben, daarom moet een kind minimaal 1 tot 1,5 liter binnen krijgen. Laat de leerling dan ook op school drinken en help hem er aan herinneren als dat nodig is.
- Voorkom pesten! Goede voorlichting aan de klas kan hierbij helpen. Overleg met ouders en de leerling hoe ze dat willen aanpakken.
- Wanneer de leerling een sonde heeft, is uitleg aan de klas ook belangrijk. Onder het kopje 'Sondevoeding' hieronder vindt u meer informatie.
- Bewegen is belangrijk. Laat de leerling daarom meedoen aan de gymles. Als de buikpijn tijdens de gymles heftig is, geef de leerling dan even een rustige taak, zoals de score bijhouden.
- Kinderen met buikklachten slapen vaak slecht, waardoor ze overdag niet fit zijn. Hierdoor kunnen ze zich op school moeilijker concentreren, wat de prestaties nadelig zou kunnen beïnvloeden. Maak in dit geval individuele afspraken over het maken, inhalen en herkansen van toetsen.
- Stress kan invloed hebben op de klachten. Mocht hiervan sprake zijn, bespreek dan met de leerling en ouders hoe de stress rond school beperkt kan worden.

ALGEMENE ADVIEZEN

De adviezen voor school en leraren staan op de website van Netwerk Ziezon onder het kopje [Onderwijsondersteuning](#).

Passend onderwijs

Het doel van passend onderwijs is om alle leerlingen een passende onderwijsplek te bieden, dus ook chronisch of langdurig zieke leerlingen. Bij voorkeur is dat een plek in het reguliere onderwijs. Een [consulent OZL](#) kan uw school ondersteunen bij het inrichten van een passende onderwijsplek voor een zieke leerling.

Aangepast lesprogramma

Door gebrek aan energie of regelmatig schoolverzuim lukt het een zieke leerling soms niet om het volledige lesprogramma bij te houden. Ook kan het voor een leerling in het voortgezet onderwijs te inspannend zijn om het examen op de reguliere wijze af te leggen. Dan zijn [aanpassingen](#) nodig.

Informeert de klas

Het is belangrijk om de klasgenoten van de zieke leerling te [informeren](#), zeker als er vragen leven of als de gevolgen van de ziekte in de klas merkbaar zijn. Openheid stimuleert het meeleven van de klas en voorkomt dat er onjuiste verhalen de ronde gaan doen.

Contact houden met de zieke leerling

Het is belangrijk om een zieke leerling, die voor kortere of langere tijd van school afwezig is, te laten merken dat hij nog steeds deel uitmaakt van de klas. Er zijn veel manieren om het [contact](#) te onderhouden.

” **Mijn** leerling Tim (10) had door een verstopping geregeld vegen in zijn onderbroek. Hij wilde niet meedoen met de gymles, omdat hij bang was voor de reactie van zijn klasgenoten als hij een vieze broek kreeg. Daarom heb ik zijn ouders uitgenodigd om te bespreken wat we voor Tim konden doen. We hebben afgesproken dat hij naar het toilet van de meesters mag. En er ligt nu een set met schone kleren bij de conciërge. Als het nodig is kan Tim zich ongemerkt verschonen. We wilden ook dat Tim een spreekbeurt zou houden over verstopping, maar dat vond hij te spannend. Daarom hebben we het 'Rottige buiken boekje' besteld bij de Maag Lever Darm Stichting. Dit hebben we met de klas gelezen en daarna durfde Tim wel aan de klas te vertellen waar hij last van had. En wat bleek? Er waren meer kinderen met buikklasten.”

Meester Jessy (leerkracht groep 6)



Medicijngebruik en medische handelingen op school

Wanneer uw school geconfronteerd wordt met de vraag om [medicijnen](#) te geven aan een leerling of om [medische handelingen](#) te verrichten op school, is het belangrijk om de praktische en juridische consequenties van een dergelijk verzoek te kennen. Op grond daarvan kunt u een verantwoord besluit nemen.

Sondevoeding

Sondevoeding is vloeibare, licht verteerbare voeding die wordt toegediend via een dun, buigzaam slangetje dat door de neus naar binnen gaat en naar de maag of darm loopt. Kinderen kunnen [met sondevoeding naar school](#). Via het slangetje -de sonde- kunnen ook medicijnen toegediend worden.

Ondersteuning van school en leerling

Heeft u een leerling die chronisch of langdurig ziek is, dan kunt u voor advies en begeleiding een beroep doen op een consulent Onderwijsondersteuning Zieke Leerlingen (OZL). Dat kan wanneer uw leerling op school problemen ondervindt als gevolg van zijn ziekte, maar ook wanneer hij thuis is of opgenomen in een ziekenhuis. Als uw leerling onder behandeling is van een Universitair Medisch Centrum, kunt u ondersteuning krijgen van een consulent van de [Educatieve Voorziening](#) van het betreffende Universitair Medisch Centrum. In andere gevallen kunt u een beroep doen op een consulent die werkzaam is bij het [Onderwijsadviesbureau](#) in uw regio.

MEER INFORMATIE

Zorgen over, zorgen voor ... De leerling met een chronische of langdurige ziekte.

De eerste uitgave van Ziezon in de serie 'Zorgen over, zorgen voor' biedt informatie aan leraren van een leerling met een chronische aandoening of langdurige ziekte. Het boekje geeft adviezen en biedt houvast bij de ondersteuning en begeleiding van deze leerlingen. Meer [informatie over onderwijsondersteuning op school](#) vindt u op de website van Netwerk Ziezon. U kunt dit boekje [hier](#) downloaden.

Zorgen over, zorgen voor ... De leerling met een zieke broer of zus.

Een chronische ziekte van een van de gezinsleden heeft invloed op het hele gezin. Vaak zitten er ook broers of zussen (*brussen*) van de zieke leerling op school. Ook hun leven wordt ontregeld door de ziekte van hun broer of zus. In het belang van deze leerlingen is het goed als school ook brussen de nodig steun kan bieden. Download [hier](#) dit tweede deel uit deze serie.

Zorgen over, zorgen voor ... Het onderwijs van uw zieke kind en zijn broer en zus.

Het derde deel in deze serie is gericht op het bieden van informatie van ouders en verzorgers over de gevolgen van de ziekte voor het onderwijs van hun kind of kinderen. Via de website van Netwerk Ziezon vindt u meer [informatie over onderwijsondersteuning voor ouders](#). Het derde deel in deze serie kunt u [hier](#) downloaden.

Op de website van Netwerk Ziezon kunt u de boekjes uit deze serie kosteloos downloaden. U vindt ze onder het kopje 'Publicaties'.

Bron

De [Maag Lever Darm Stichting](#) heeft uitgebreide informatie over bovengenoemde en andere ziektebeelden. U kunt de brochures [gratis downloaden](#) of tegen betaling bestellen in de webshop.

COLOFON

Deze brochure is een uitgave van Netwerk Ziezon: november 2019
Ziezon is het landelijk netwerk van consultants onderwijs-ondersteuning zieke leerlingen.

Auteur

Ingrid de Jong-Noorlander

Consulent Onderwijsondersteuning
Zieke Leerlingen, Educatieve Voorziening
Amsterdam UMC

E i.dejong-noorlander@amsterdamumc.nl

Met medewerking van **Marc Benninga**,
kinderarts MDL Amsterdam UMC



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

www.ziezon.nl