



**Een leerling
met scoliose**
**INFORMATIE EN
ADVIES VOOR
LERAREN**



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

Een leerling met scoliose

INFORMATIE EN ADVIES VOOR LERAREN

Deze Ziezonbrochure geeft uitleg over 'idiopathische scoliose' met daarbij speciale aandacht voor de mogelijke gevolgen van deze aandoening op school. Daarnaast krijgt u adviezen om op school zo goed mogelijk begeleiding te kunnen bieden aan een leerling met deze ziekte. De periode na een scolioseoperatie zal extra aandacht vragen.



Wat is SCOLIOSE

Scoliose is een driedimensionale zijdelingse verkromming van de wervelkolom. Er ontstaat een bocht in de wervelkolom en deze draait om zijn eigen as. De term scoliose komt uit het Grieks en betekent verkromming. Kort gezegd is het een kromme rug. In Nederland hebben ongeveer 60.000 mensen scoliose. Meestal betreft dit meisjes tussen de tien en achttien jaar. Het aantal mensen dat wordt behandeld voor scoliose stijgt. In 2008 waren er in Nederland 6.595 mensen onder behandeling, in 2016 steeg dit aantal naar 8.107. Dit is een toename van 21%.

Er zijn verschillende soorten scoliose te onderscheiden, echter de meest voorkomende soort is 'idiopathische scoliose'. 'Idiopathisch' betekent dat de oorzaak niet bekend is; in de meeste gevallen (ongeveer 80%) vindt men geen oorzaak voor het ontstaan van scoliose. Dit wil overigens niet zeggen dat er geen oorzaak is, maar dat deze nog niet wetenschappelijk bewezen is. De idiopathische scoliose ontwikkelt zich doorgaans tijdens de groei.

Symptomen die kunnen passen bij scoliose zijn:

- De ene schouder kan hoger staan dan de andere.
- Er is sprake van scheefstand. Het hoofd staat soms niet midden boven het bekken. Het hele lichaam leunt als het ware naar één kant.
- Een verhoogde, naar voren stekende heup.
- De linker- en rechterzijde van de ribbenkast bevinden zich op een verschillende hoogte.
- De tailedriehoeken zijn niet symmetrisch.
- Er zijn veranderingen in uiterlijk of structuur van de huid die de wervelkolom bedekt.
- Bij vooroverbuigen staat één kant van de ribben meer naar voren dan de andere.
- Soms zijn er rug- en/of pijnklachten.
- Bij ernstige scoliose is er vaak verminderd uithoudingsvermogen en kortademigheid.

BEHANDELING VAN DE SCOLIOSE

De behandeling van scoliose is erop gericht dat verergering wordt voorkomen. Oefentherapie zorgt ervoor dat spieren sterker worden, gewrichten soepeler worden, de houding verbetert en er worden nieuwe bewegingen aangeleerd. Soms worden er ook speciale oefeningen gedaan om beter adem te halen.

De oefentherapie is vooral gericht op het verbeteren van de houding en het verminderen van klachten van scoliose. Er is geen bewijs dat het de bocht in de rug verbetert of verdere vergroeiing voorkomt.

De behandeling van idiopathische scoliose bij kinderen en jongeren bestaat uit drie categorieën en is met name gebaseerd op het voorkomen van progressie van de bocht.

1. Observatie

Zolang een kind in de groei is, zal bij een kleine bocht de orthooped afwachten met behandelen. Er is in dat geval een grote kans dat de bocht niet verder toeneemt. Regelmatig zal de orthooped dit met een röntgenfoto controleren.



2. Dragen van een brace

Vooraf bij kinderen met een idiopathische scoliose die in de groei zijn, wordt een brace voorgeschreven voor de behandeling van scoliose.

Een brace is een korset van stevig kunststof dat je om je bovenlichaam draagt. Door drukpunten in de brace wordt de groei van scoliose

beïnvloed. Uit onderzoek is gebleken dat de brace circa 23 uur per dag moet worden gedragen, omdat anders de wervelkolom toch verder krom kan groeien. De brace mag af bij het sporten. Het dragen van een brace is voor veel leerlingen erg belastend.

3. Operatieve behandeling

Als de rug een te grote bocht heeft, zal een operatie worden geadviseerd. Bij een scolioseoperatie wordt de rug zo recht mogelijk vastgezet met behulp van speciale staven en schroeven. Dit is een grote en langdurige operatie.

Revalidatie na de operatie

De eerste dagen na de operatie moet er hersteld worden. Daarna helpt de fysiotherapeut in het ziekenhuis met het mobiliseren van de patiënt. De fysiotherapeut zal helpen bij het op een goede manier omgaan met de nieuwe (stijve) rug. De meeste patiënten zijn na 5 tot 7 dagen in staat om naar huis te gaan. Het vastgroeien van de wervels zal ongeveer 6 tot 9 maanden in beslag nemen. Na 6 weken mag een leerling weer voorzichtig fietsen en brommer rijden. Ook voorzichtig zwemmen kan in een rustige omgeving. Na 3 maanden mag een leerling voorzichtig weer starten met hardlopen of cardio fitness. Gedurende het eerste jaar mag geen contactsport worden beoefend en de leerling mag gedurende de eerste drie maanden niet fietsen.

De leerling kan na een scoliose-operatie in de regel 3 tot 4 weken na de operatie weer naar school. Vaak houden de leerlingen het dan nog niet de hele dag vol maar lukt het wel met halve dagen. Meestal gaat het na een week of 6 al een stuk beter en kunnen ze weer meedraaien op school.

De totale revalidatie duurt meestal 6 tot 12 maanden.



GEVOLGEN VOOR HET ONDERWIJS

Contactpersoon op school

Eén aanspreekpunt op school is voor leerling en ouders van belang. Leerlingen met scoliose vinden het in het algemeen vervelend om een uitzonderingspositie in te nemen. De school kan dat zoveel mogelijk voorkomen door goede afspraken te maken en te zorgen dat alle betrokkenen de afspraken kennen. De contactpersoon denkt mee over oplossingen wanneer er zich problemen voordoen, bijvoorbeeld met het lesrooster, huiswerk of toetsen. Hij zorgt dat er adequaat ingegrepen wordt en bespreekt of er informatie aan collega's (leraren, eventuele vervangers, de conciërge) of klasgenoten moet worden gegeven.

Uitleg aan klasgenoten

De leerling met een scoliose kan zich schamen voor de uiterlijke aspecten van scoliose. Een goede uitleg kan vervelende reacties voorkomen; openheid zorgt vaak voor begrip. Wanneer een leerling geopereerd moet worden is het natuurlijk van belang de klas goed te informeren. Uit onderzoek is gebleken dat het moeten dragen van een brace de sociale interacties met klasgenoten kan beïnvloeden. De brace is bij scoliose vaak zichtbaar. Overleg met uw leerling waarover hij zijn klasgenoten wil informeren en op welke manier dat gebeurt. Sommige kinderen geven een spreekbeurt, anderen willen dit niet. Vooral pubers zijn terughoudend. Wat de leerling ook wil in deze situatie, draag er zorg voor dat het respect voor de keuze van de leerling voorop staat.

Kijk voor meer informatie of ideeën voor spreekbeurten en filmpjes op de website van de Vereniging van scoliosepatiënten www.scoliose.nl.

Zitten en plaats in de klas

Laat de leerling zelf aangeven welke plek in de klas het prettigst zit om alles goed te kunnen volgen. De leerling heeft soms een andere stoel en/of kussens nodig. Vooral de rugleuning van een stoel kan erg hinderlijk zijn om goed te kunnen zitten. Sommige leerlingen hebben zelf een speciaal scoliose-kussen. Een stoel met een rechte rugleuning en armleuningen zal het meest voorkomen dat een leerling in een stoel "hangt". Het afwisselen van houdingen of even staan kan de leerling helpen.

Lopen in school

Traplopen in de menigte kan vlak na de operatie gevaarlijk zijn, omdat de leerling opnieuw zijn/haar balans moet vinden. Mocht de school in het bezit zijn van een lift, sta de leerling dan toe deze te gebruiken. Traplopen op zich is wel bevorderlijk voor het verdere herstel, maar dan echt op een rustig moment.

Eerder uit de les gaan en later beginnen aan een les zijn gebruikelijke opties om te voorkomen dat de leerling in de drukke menigte van lokaal moet wisselen. Ook pauzes kunnen druk zijn. Laat de leerling daarom op tijd een rustig plekje zoeken. Het is prettig als klasgenoten weten waarom de leerling bovenstaande zaken wel mag, terwijl zij dit niet mogen.

Gymles

Een leerling mag na een operatie het eerste half jaar niet aan gymlessen deelnemen. Daarna zou een leerling aangepast mee kunnen doen. Contactsport en sporten met een hoge schokbelasting (denk bijvoorbeeld aan judo en trampolinespringen) mogen het eerste jaar na een operatie niet. Het is van belang dat de gymdocent geïnformeerd wordt om samen met de leerling een regeling te treffen over het wel of niet volgen van gymlessen. Eventueel kan gekeken worden naar een vervangende opdracht.

Een leerling met een brace mag deze afdoen voor deze les. Het kan handig zijn als een medeleerling ook leert hoe de brace aan moet, zodat deze kan helpen bij het omkleden.

Tillen

De eerste 6 weken na de operatie mag een leerling niet meer dan 1 kg tillen, daarna kan het gewicht onder geleide van klachten opgehoogd worden tot 5 kg. Zwaar tillen wordt afgeraden. Een extra boekenset kan, ook voor een niet geopereerde leerling, uitkomst bieden. De leerling neemt dan alleen de schriften en/of werkboeken mee heen en weer naar school. Een dubbel pakket is alleen van meerwaarde als de leerling ook in het bezit is van een kluisje. De leerling kan op deze manier regelmatig zijn boeken verwisselen en wordt zodoende lichamelijk minder belast. Ten aanzien van het kluisje is het van belang dat het op ooghoogte staat.

Inhalen van lesstof

Na een operatie kan een leerling een periode minder onderwijs volgen. Leerlingen ervaren dit vaak als stressvol en belemmerend. Veel leerlingen kunnen binnen twee tot vier weken na de operatie weer naar school. Het zal doorgaans vier tot zes maanden duren voordat alle gebruikelijke activiteiten weer hervat kunnen worden. Vaak wordt er bij terugkomst op school van ze verwacht dat ze in korte tijd veel lesstof inhalen.

Een aantal tips:

- Stel na overleg met alle docenten een overzichtelijk inhaalplan op. Niet al het gemiste werk zal noodzakelijk ingehaald moeten worden, dus inventariseer waar aanpassing in hoeveelheid werk mogelijk is. Probeer de stof in compacte vorm te laten inhalen.
- Maak een aangepast lesrooster, dat kan worden uitgebouwd.
- Denk aan docenten die in een tussenuur individueel uitleg over hun vak kunnen geven.
- Zet 'buddy's' in voor aantekeningen etc.
- Antwoordenboekjes thuis zijn handig voor feedback op de gemaakte stof.

Vervoer

Na een operatie kan de leerling een periode niet zelfstandig naar school komen. Zijn ouders in staat de leerling te halen/brengen? Is er een pool mogelijk van burens, grootouders/kennissen? Drie maanden na de operatie mag de leerling voorzichtig opbouwend weer fietsen. Zorg bij voorkeur voor een rustige plek in de fietsstalling voor deze leerling.

AANPASSINGEN OP SCHOOL

Consulent Onderwijsondersteuning Zieke Leerlingen

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. 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 van het [Onderwijsadviesbureau](#) in uw regio.

KlasseContact

[KlasseContact](#) maakt het voor chronisch of ernstig zieke kinderen die langdurig niet naar school kunnen mogelijk lessen te volgen in de eigen klas, met de eigen leerkracht. De zogenoemde Klasgenoot is een ICT-set die hiervoor wordt ingezet en waarmee uw leerling vanuit huis of vanuit het ziekenhuis lessen kan volgen en contact kan onderhouden met zijn medeleerlingen. De consulent Onderwijsondersteuning Zieke Leerlingen kan de aanvraag voor dit project voor u regelen.

Informeer 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.



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 is een [aangepast lesprogramma](#) nodig.

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. Scholen kunnen ondersteuning krijgen bij het inrichten van een passende onderwijsplek voor een zieke leerling.

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.

Voor meer informatie over aanpassingen op school kijk op www.ziezon.nl onder de kop onderwijsondersteuning.

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'.

COLOFON

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

Auteurs

Maike Slagter (OZL-Noord)
Onderwijsondersteuning Zieke Leerling
m.slagter@ozlnoord.nl

Rein Beld (OZL-Noord)
Onderwijsondersteuning Zieke Leerling
r.beld@ozlnoord.nl

Harry Walma (EV UMCG)
Onderwijsondersteuning Zieke Leerling
h.walma@umcg.nl

Theda Afman
Arnold Boom

Met medewerking van:
Otto Lelieveld (O.T.H.M), fysiotherapeut
Beatrix Kinderziekenhuis UMCG, revalidatie
deskundige Scoliose



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

www.ziezon.nl