

Zindelijkheidspoli

De poepklas

Deze folder geeft je informatie over de Zindelijkheidspoli of 'poepklas'. Je bent bij de kinderarts in het ziekenhuis geweest voor een eerste bezoek en wij willen je graag helpen om van je probleem met poepen af te komen.

Je bent pas bij de kinderarts in het ziekenhuis geweest omdat je problemen met het poepen hebt. Er zijn heel veel kinderen waarbij het poepen of plassen problemen geeft. Veel kinderen hebben last van obstipatie (verstopping in de darm) met harde ontlasting of hebben regelmatig een vieze broek. Ook zijn er kinderen die niet meer op de wc durven te poepen. Misschien heb jij ook wel last van buikpijn of pijn bij je poepgaatje. Heel vervelend allemaal voor je.

Vragenformulier

Wij willen je graag helpen. En daarom verwijst de kinderarts je door naar de 'poepklas'. Van te voren moeten je ouders eerst een vragenformulier van de zindelijkheidspoli invullen, dit ontvangen je ouders via de e-mail. Zodra dit vragenformulier bij ons retour is krijg je een uitnodiging voor de 'poepklas'.

Wat is eigenlijk de 'poepklas'?

De poepklas is op een ochtend of op een middag en duurt ongeveer 2 uur. Er komen maximaal 3 kinderen tegelijk. Maar vaak ben je alleen met een van je ouders. Je bent niet de enige met een poepprobleem. Heel veel kinderen hebben problemen met poepen. Niet alleen kleine kinderen maar ook grotere kinderen. Eén van je ouders is ook aanwezig in de poepklas. Je krijgt heel veel tips hoe om te gaan met je poepprobleem en het is handig dat je ouders dit ook weten zodat ze jou kunnen helpen en steunen in de thuissituatie.

Wat leer je in de 'poepklas'?

In de poepklas leer je:

- hoe de darmen werken en welk probleem jij hebt met je darm
- hoe je het beste kunt poepen; een goede toilethouding is belangrijk
- op welke tijd je het beste kan trainen; let op de seintjes van je darm
- het belang van voldoende drinken en gezonde voeding

We tekenen onze eigen 'poepfabriek' en kijken een filmpje of een boek over poepen.

Op het eind van de poepklas krijg je nog een informatiemapje mee voor thuis.

