

Ons aanbod

In AZ Nikolaas is er een **multidisciplinair team** werkzaam, bestaande uit kinderartsen, kinderpsychologen, kinderpsychiater (infantteam), verpleegkundigen en kinesisten. Daarnaast wordt er ook intensief samengewerkt met thuisbegeleidende vroedvrouwen uit de regio.

De meeste kinderen kunnen ambuland (via consultatie) begeleid worden, doch voor sommigen dringt een hospitalisatie zich op. In beide gevallen kan een multidisciplinaire begeleiding opgestart worden.

Indien je denkt dat jouw kind een overmatig huilgedrag vertoont, kan je contact opnemen met één van de kinderartsen van het ziekenhuis. Deze zal u dan ter gelegenheid van de eerste consultatie verwijzen binnen het team.

Dr. L. Callewaert - 03 776 09 07

Dr. H. Fizez - 03 776 23 16

Groepspraktijk: 03 760 76 15

Dr. A. Covents

Dr. V. Janssens

Dr. M. Maes

Dr. I. Ryckaert

Dr. J. Thijs



Wat als
je baby
veel huilt?



AZ Nikolaas vzw
Moerlandstraat 1 - 9100 Sint-Niklaas
tel. 03 760 60 60 - fax 03 760 60 70
www.aznikolaas.be - info@aznikolaas.be

art. 10265

Waarom huilt een baby?

Iedere baby huilt. Naast ander gedrag zoals kijken, geluidjes maken, bewegen, enz. is huilen voor de baby een manier om iets duidelijk te maken. Wanneer een baby huilt, zegt hij eigenlijk dat hij wil dat er iets verandert.

- Misschien heeft hij honger of krampjes?
- Misschien heeft hij rust of een verse luier nodig?
- Misschien wil hij papa of mama dicht bij zich?
- Misschien moet hij nog ervaringen verwerken?

Als ouder ga je op zoek naar de betekenis van het huilgedrag en beantwoord je het huilen met datgene wat je denkt dat de baby nodig heeft. Op die manier voelt de baby zich 'gedragen'.

De betekenis van huilen verandert met de leeftijd

Gedurende de eerste levensmaanden is het huilen vooral een uiting van ongemak. De baby probeert een evenwicht te vinden tussen dit ongemak enerzijds en rust anderzijds. Met behulp van de ouders leert de baby zich doorheen de eerste maanden te regelen of reguleren. De ouders helpen de baby in het vinden van een ritme om te eten, te slapen, om te gaan met prikkels, enz. Bij de ene baby (of ouder) verloopt dit vlotter dan bij de andere.

Naarmate de baby ouder wordt, zullen ook andere thema's, betekenissen, redenen,... meespelen in het huilgedrag. Zo zal een baby rond 9 maanden bijvoorbeeld beginnen te huilen als mama of papa de kamer verlaten.

Wat is overmatig huilen?

Er zijn verschillende definities van overmatig huilen. De klassieke definitie gaat uit van 3 criteria (Wessel). Een baby huilt overmatig wanneer hij minstens 3 uur per dag, minstens 3 dagen per week, gedurende 3 weken op een rij huilt.

Het is echter moeilijk om hierin een strikte regel toe te passen. Belangrijker is of de ouders de onrust en de onzekerheid die gepaard gaan met het huilen, kunnen (ver)dragen. Met andere woorden, dit is erg verschillend voor elk gezin, elke baby en elke periode.

Wat zijn de oorzaken van overmatig huilen?

Allereerst moet bij overmatig huilen een mogelijke medische oorzaak worden uitgesloten (bv. maagdarms- of neurologische problemen, infecties) door middel van bijkomende onderzoeken. Wanneer geen medische oorzaak wordt gevonden en de baby blijft toch té veel huilen, is het belangrijk om samen met de ouders te zoeken naar de verschillende factoren die hierin een rol kunnen spelen.

Sommige baby's zijn bijvoorbeeld moeilijker te regelen. Wat men ook doet, de baby lijkt steeds te huilen. Men spreekt dan van een regulatiestoornis: de baby kan zich, vaak om onbekende redenen, erg moeilijk aanpassen. Hij/zij kan bepaalde prikkels zoals bijvoorbeeld licht, geluid, geur of verandering in één van deze waarnemingskanalen, moeilijk verdragen en gaat dan snel aan het huilen.

De geboorte van een baby kan bij ouders tevens 'oud' verdriet en woede oproepen: teleurstellingen, onenigheid, verliessituaties uit het verleden kunnen weer heviger gevoeld worden, nu er (nog) een kindje in het gezin kwam. Dit kan door de baby gevoeld en vertaald worden in huilgedrag. Soms voelen ouders en baby elkaars verdriet en kwaadheid en kunnen ze dit niet dragen. Daardoor neemt de machteloosheid en radeloosheid bij de ouders nog toe wanneer de baby overmatig blijft huilen.

Waarom zoek je best hulp bij overmatig huilen?

De impact van huilen op de gezinssituatie kan overweldigend zijn. Vaak komt men in een vicieuze cirkel terecht. Overmatig huilgedrag van een baby kan bij ouders veel gevoelens oproepen: frustratie, onmacht, verdriet, onzekerheid, schuldgevoel, onrust,... Vaak ontstaan er ook conflicten tussen de ouders. Ouders raken verstrikt in de complexiteit van de situatie. De baby kan deze spanningen aanvoelen en nog onrustiger worden. Soms voeren ouders ook (onnodige) wijzigingen door in de hoeveelheid of het tijdstip van voedingen in de hoop het kindje rustig te krijgen. Vaak heeft dit echter niet het gewenste effect waardoor de onzekerheid bij de ouders alleen maar toeneemt. Steun en begrip van iemand van buiten het gezin, kan dan helpen om deze negatieve spiraal te helpen doorbreken.

Wat kan er gedaan worden als je baby overmatig huilt?

Wanneer een baby overmatig huilt, is er hulp nodig uit verschillende hoeken en op verschillende terreinen. Wanneer ouders ondersteund worden door een gans team is er meer kans om tot een oplossing te komen.

Enerzijds is het belangrijk dat mogelijke medische oorzaken worden uitgesloten. De **kinderarts** neemt een grondige anamnese af van het huilpatroon, onderzoekt het kindje en stelt misschien bijkomende onderzoeken voor.

Daarnaast is de thuisbegeleidende **vroedvrouw** vaak een eerste en belangrijke steunbron voor de ouders bij het voeden van hun kindje. Ze zoekt samen met hen naar een goede houding, een goede hoeveelheid voeding, beantwoordt vragen over borstvoeding, enz... en vertrekt daartoe steeds vanuit de visie van de ouders.

Verder is het ook belangrijk om aandacht te hebben voor de psychologische kant. In een **psychologisch consult** probeert de psycholoog of kinderpsychiater, in dialoog met de ouders, te begrijpen wat de baby tracht te vertellen. Ouders en therapeut observeren samen de baby. De therapeut maakt ruimte voor de verhalen van de ouders. Dit kunnen verhalen zijn over de eigen babytijd van de ouders, traumatische ervaringen, vroegere zwangerschappen, de verwachtingen die ze hadden van een zwangerschap, een bevalling of een pasgeboren baby. Maar ook verhalen over wat wel goed gaat, waar ze zich wel trots over voelen als mama of papa en van wie ze steun ervaren.

Tot slot kan ook **kinesithérapie** betekenisvol zijn. Baby-massage kan zowel het kind als de ouder helpen te ontspannen. Vaak stimuleert baby-massage de binding tussen ouders en kind.