

# Ook met uw kind kunt u terecht bij de chiropractor

WIJCHEN, Annique Holleman

Chiropractoren behandelen mensen van alle leeftijden, vanaf de geboorte kunt u al met uw kind bij ons terecht. Chiropractie is een veilige en vaak effectieve manier van behandelen voor kinderen. Voor alle leeftijden zijn er aangepaste onderzoeken en lichte en pijnvrije technieken.

Als kinderen geboren worden, groeien en zich ontwikkelen, kunnen er functiestoornissen (zoals bewegingsbeperkingen) in de wervelkolom ontstaan. Functiestoornissen, ook wel blokkades genoemd, kunnen leiden tot irritatie van het zenuwstelsel en klachten opleveren bij uw kind.

- *Mijn kind kijkt alleen naar rechts*
- *Kan ik mijn kind ook gewoon een keer preventief laten onderzoeken?*
- *Mijn kind klaagt over hoofdpijn*
- *Mijn kind klaagt over rugpijn*
- *Mijn kind slaapt slecht*

## Ervaring ouders

Na de geboorte van ons dochtertje Puck, werd ons geadviseerd om bij de chiropractor langs te gaan. Doordat zij na 1 ½ uur persen met een vacuümpomp op de wereld geholpen werd, kon het zijn dat haar wervelkolom wat blokkades had. Ze had een aantal signalen die daarop wezen; voorkeurshouding, schrikkerig, niet goed vacuümzuigen, etc.

Best spannend, omdat wij zelf geen ervaring hebben met chiropractie, maar ook erg fijn om iets voor haar te kunnen doen. Al vanaf de eerste behandeling voelde het erg goed. De chiropractor vertelde ons precies wat ze ging doen en liet ons voelen welke kracht ze gebruikte om Puck los te maken. Dit gaf veel vertrouwen. Puck liet het allemaal heel ontspannen over zich heen komen terwijl ze heerlijk op mijn schoot lag.

Nu, 4 behandelingen verder, is Puck een heel tevreden meisje, zonder klachten. Erg fijn om haar, zo jong al, te kunnen helpen.

Carolin

## Waarom hebben kinderen eigenlijk behandeling nodig?

Een kind heeft met veel fysieke "stress" te maken gedurende de groei. Al in de baarmoeder is de wervelkolom onderhevig aan stress, omdat deze gedwongen wordt een bepaalde houding aan te nemen. Veel ouders zullen gehoord hebben dat foetale houdingen (zoals stuit- of dwarsligging) problemen kunnen veroorzaken tijdens de bevalling. Wat vaak minder bekend is, is dat zulke houdingen ook invloed hebben op de wervelkolom van de foetus. Tevens wordt er tijdens de bevalling veel druk uitgeoefend op het lichaam van de baby, maar liefst 30kg per wee, waardoor blokkades in de wervelkolom kunnen ontstaan. Bij een bevalling met tang- of vacuümverlossing, een opgewekte bevalling, of bij een spoedkeizersnede is er een vergrote kans op blokkades.

Dan is er nog veel stress aan te tonen tijdens de groei van het kind. Als peuters be-

ginnen met kruipen en lopen gaat dit vaak gepaard met de nodige valpartijen en ongelukjes. Naarmate het kind ouder wordt krijgen ze te maken met contactsporten en andere hobby's. Schoolgaande kinderen zitten vaak te veel en op slecht aangepaste stoelen en moeten vaak zware tassen tillen.

Het lichaam past zich aan deze veranderingen (stress) aan. Dit kan klachten teweeg brengen. Als de blokkades in een vroeg stadium met specifieke correcties worden verholpen, zal het kind zich op een normale manier ontwikkelen en is de kans groot dat klachten op latere leeftijd uitblijven.

## Ervaring ouders

Nadat ik de afspraak gemaakt had, ging ik twijfelen. Onze baby's waren door 5 kinderartsen gezond verklaard en toch waren ze hele dagen onrustig. We hadden al het één en ander geprobeerd en hadden weinig verwachtingen van de behandeling, wel hoop. Al na 1 behandeling kregen ze meer ritme, 2,5 uur tussen de voedingen werd 4 uur en dit ook 's nachts, wat een zaligheid! Nu onze nachten langer werden, ging het overdag ook allemaal wat makkelijker en konden we voorzichtig ons leven oppakken en vooral gaan genieten van de tweeling. Achteraf gezien ben ik zo blij dat we van alle, overigens, goed bedoelde adviezen, juist deze "uitgeprobeerd" hebben. Mijn goedbedoelde advies aan baby-ouders is tegenwoordig dan ook, ga eens langs bij een chiropractor!

## Wat voor problemen zie je bij kinderen?

Kinderen kunnen niet gezien worden als kleine volwassenen. De klachten die kinderen hebben uiteten zich niet altijd rechtstreeks in pijn in het aangedane gebied, maar op andere manieren. Voorbeelden hiervan zijn hoofd- en buikpijn of ander gedrag (bijvoorbeeld extra druk zijn of juist moeheid). Een chiropractor probeert uit te zoeken wat de oorzaak van deze pijn of klachten is. Wervelblokkades kunnen een oorzaak zijn.

Hieronder de mogelijke indicaties om een chiropractor te raadplegen.

- *Ontroostbaar huilen*
- *Slaapproblemen*
- *Voorkeurshouding*
- *Hoofdpijn*
- *Scoliose*
- *Grove motorische problemen*
- *Pijn in armen of benen*

Ontroostbaar huilen komt maar liefst 15% van alle pasgeborenen voor. Het kindje krijgt genoeg voeding, heeft een schone luier en krijgt veel liefde en toch blijft het ontroostbaar. Huilen is het enige communicatiemiddel dat ze hebben om aan te geven dat er iets is. Het huilen gaat dikwijls gepaard met optrekken van de beentjes, fronsen, gespannen vuistjes en overstrekken. Dit kan voor veel spanning zorgen bij de ouders, waardoor genieten van die mooie eerste maanden lastig wordt. Het huilen kan veroorzaakt worden door blokkades in de wervelkolom afkomstig van stress tijdens de bevalling of



houding in de baarmoeder. Hierdoor ligt uw kindje misschien niet lekker op de rug of heeft last van reflexbewegingen van bijvoorbeeld armen en nek. Ook een voorkeur kan een oorzaak zijn van onrust. Een voorkeurshouding kan ook leiden tot een afgeplatte schedel, fles of borstvoedingsproblemen en moeite met hoofdcontrole.

Natuurlijk kunnen bovenstaande problemen ook een andere oorzaak hebben. Daarom bepaalt de chiropractor met behulp van een uitgebreid vraaggesprek en lichamelijk onderzoek eerst of een chiropractische behandeling zinvol is of dat doorverwijzing nodig is.

## Behandeling

- *Is het veilig?*
- *Zijn hun botten niet te zacht?*
- *Wat als ze huilen?*

Chiropractoren behandelen al meer dan 100 jaar kinderen. Kinderen reageren vaak goed op chiropractie. Steeds meer ouders, helemaal degenen die zelf al onder behandeling zijn, nemen hun kinderen mee naar de chiropractor.

Het vraaggesprek is natuurlijk aangepast aan de leeftijd van u kind. Tot minimaal 16 jaar moet de ouder/verzorger ook altijd aanwezig zijn. Tijdens het eerste bezoek wordt de specifieke klacht, de zwangerschap en bevalling, de algehele gezondheid en ontwikkeling van het kind, trauma's (zoals vallen/blessures) besproken.

Vervolgens vindt er een lichamelijk onderzoek plaats wat op een speelse wijze is opgezet. Via leuke opdrachten en testen, aangepast op de leeftijd van het kind, worden de neurologische, orthopedische en chiropractische onderzoeken gedaan. De kinderen vinden het vaak erg leuk en willen regelmatig bij thuiskomst zelf chiropractor spelen. Baby's worden vaak op schoot of in bijzijn van de ouder onderzocht en behandeld, omdat het ouder-kind contact bevorderlijk is voor de rust van het kind en ouder.

De behandeling bestaat uit speciaal aangepaste lichte technieken afhankelijk van de leeftijd van het kind. Hier zal het kind geen pijn van ondervinden. Vaak is een lichte druk met de vinger al voldoende om de wervels te corrigeren. Het gaat hierbij om een druk die je op je oogbal kan verdragen. Doordat de druk zo licht is en gericht is op de verbetering van de beweeglijkheid van de gewrichten van de wervelkolom maakt het niet uit dat het kind of de baby nog jong is. De botten van een baby zijn uiteraard zachter dan een volwas-

sene, maar de behandeltechnieken zijn dusdanig zacht dat dit totaal geen kwaad kan. Kinderen herstellen over het algemeen sneller dan volwassenen en de behandel frequentie vaak lager dan bij volwassenen, maar dit is afhankelijk van de klachten en de patiënt. De chiropractor zal u en uw kind een passend persoonlijk behandelplan voorstellen.

De baby heeft in principe geen last van een behandeling; wel kan het kind tijdens de behandeling huilen door wat gevoeligheid in verband met het onderzoeken van het probleem.

## Ervaring ouders

Na een voorspoedige zwangerschap werd onze dochter Jools geboren. De bevalling ging ontzettend snel en duurde van begin tot eind maar 2 uur. De roze wolk was er meteen en grote broer Fedde was erg blij met zijn zusje.

Al snel kwamen er allerlei kleine probleempjes om de hoek kijken. Jools kon zelf heel slecht in slaap komen, ze deed er uren over. Flesjes leegdrinken was ook een probleem, door (wat later bleek) reflux moest ze veel spugen en had ze last van krampjes. Helaas kon ze ook niet goed poepen waardoor ze last kreeg van obstipatie. Ze huilde vaak en veel.

Na een paar weken aanmodderen besloten we een afspraak te maken met de chiropractor. We wilden graag dat ze zich beter ging voelen.

Aangezien ik zelf al jaren veel baat heb bij chiropractie voor mijn migraine klachten, was dit een logische keus.

Wel een beetje spannend, want wat gaan ze met zo'n klein prulleke doen? Het welbekende "kraken" is bij zo'n mensje toch akelig.

Meteen tijdens en na de eerste afspraak voelde het goed, Annique kent haar vak goed en ging lief maar kordaat met Jools om. De behandeling is niet te vergelijken met die van een volwassene, het gaat er veel zachter aan toe en het "kraken" lijkt meer op "kneepjes". Na een aantal afspraken ging het snel beter met haar. We hadden haar voeding aangepast en door inbakeren en sliep ze een stuk beter. Inmiddels is Jools 4 maanden oud, ze is ontzettend vrolijk en zit goed in haar vel. Ik geloof dat dit (mede) te danken is aan de chiropractor en haar handen.

Karlijn en Jools