Troosttechnieken bij huilbaby’s

Haio: DE VALCK Lise , U.G.
Promotor: DEGRYSE Jean-Marie , KUL
Praktijkopleider: HOEBEECK Liesbeth , RIMBAUT Elke , VAN DE VELDE Kirsten

Context: Excessief huilen bij zuigelingen is een vaak voorkomend probleem. De excessieve huilbuien beginnen meestal tussen de 2 à 4 weken, nemen toe met een piek rond de 8 weken en verdwijnen meestal spontaan tussen de 3 à 4 maanden. karakteristiek is een dagritme met toename in de namiddag en een hoogtepunt ’s avonds. Om een onderscheid te maken tussen het normaal en excessief huilen wordt dikwijls gebruik gemaakt van de gemodificeerde criteria van Wessel: wenen gedurende minstens 3 uren per dag, minstens 3 dagen per week en gedurende minstens 3 weken. Alhoewel het een zelflimiterende aandoening is, willen ouders dolgraag een uitknop voor het huilen. De Amerikaanse kinderarts Dr. Harvey Karp ontwikkelde een troosttechniek om het huilen te stoppen, in de vorm van de 5 S’en (swaddling, side position, sushing, swinging en sucking). De 5 S’en vormen een stapsgewijs proces, bedoeld om de troostreflex te activeren.

Onderzoeksvraag: Wat is de effectiviteit van de 5S troosttechniek volgens Harvey Karp bij excessief huilende zuigelingen?

Methode: Systematisch literatuuronderzoek naar de effectiviteit van de 5S troosttechniek volgens Harvey Karp bij excessief huilende zuigelingen. Er werd eveneens een filmpje gemaakt om deze techniek te demonstreren.

Resultaten: door het toepassen van de 5S techniek neemt het aantal uren huilen bij zuigelingen af, neemt het aantal uren slaap toe en de voedingsfrequentie neemt af. De 5S methode lijkt eveneens een positief effect te op de pijnbeleving na vaccinatie.

Conclusie: Door ouders een ‘uitknop’ voor het huilen van hun kind te bieden in de vorm van de 5 S'en -methode, kan hun vertrouwen groeien, waardoor er minder druk is om onnodig aanvullend onderzoek te doen. Er zal echter verder onderzoek nodig zijn om na te gaan of deze techniek ook effectief is bij huilbaby’s. Uit de huidige studies kunnen we wel concluderen dat door het toepassen van de 5S techniek het aantal uren huilen afneemt, het aantal uren slapen toeneemt en eveneens de voedingsfrequentie afneemt.