

Digitale poeppoli

Lisanne Maartens, huisarts

Imke Bertrams, kinderarts MDL Máxima MC Veldhoven

Marianne Eijkemans, kinderarts Catharina Ziekenhuis

Disclosure belangen sprekers

- Potentiële belangenverstremgeling: geen
- Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven: geen

Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg



Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg
- Digitale zorg kan nooit zo goed zijn als een fysiek consult



Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg
- Digitale zorg kan nooit zo goed zijn als een fysiek consult
- Ik zou mijn patiënt verwijzen naar de digitale poeppoli



Eerste kennismaking met digitale poeppoli



Obstipatie

- Obstipatie is de meest voorkomende gastro-intestinale aandoening op de kinderleeftijd.
- Geschat wordt dat tenminste 100.000 kinderen in Nederland functionele obstipatie of solitaire fecale incontinentie hebben.
- Slechts bij 5% van de kinderen wordt een organische oorzaak gevonden.
- Een belangrijk deel van de behandeling is voorlichting en uitleg.
- **Het doel van de digitale poeppoli is om de verwijzing naar de 2^e lijn verantwoordder in te kunnen richten en onnodig medisch specialistische hulp te voorkomen.**

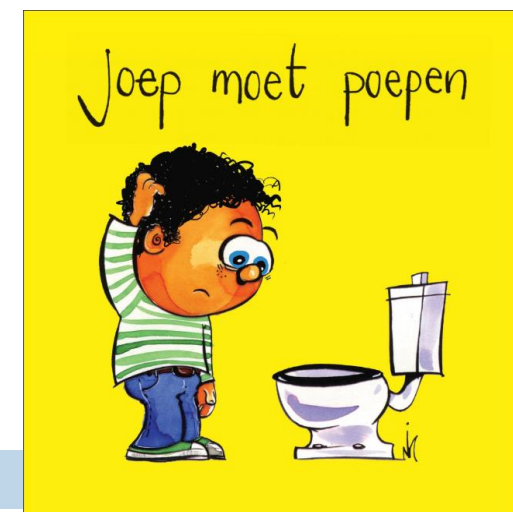
Digitale poeppoli (MMC en CZE)

- Doelstelling:
 - Verminderen van aantal poliklinische consulten
 - Voor start digitale poeppoli: gemiddeld 4 (fysieke) consulten per patiënt
 - Streven na 1 jaar: 30% minder poliklinische consulten
 - Op termijn: Een groot deel van de patiënten met milde obstipatieklachten en zonder onderliggende somatische problematiek behandelen in 1e lijn i.p.v. 2e lijn – in samenwerking met huisartsen en jeugdgezondheidszorg
- **Voor wie?**
 - Kinderen (0-18 jaar) met poepproblemen: obstipatie, fecale incontinentie, angst voor poepen

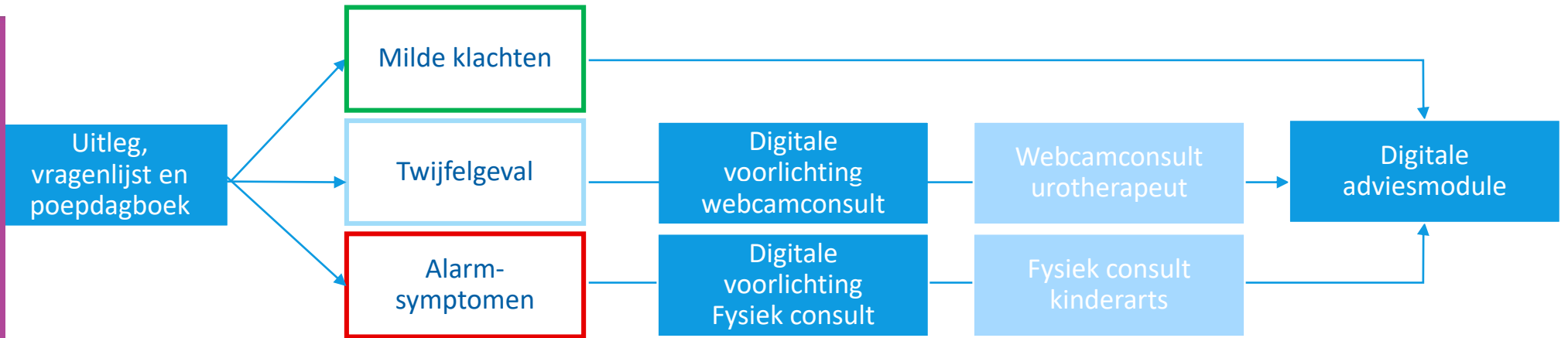
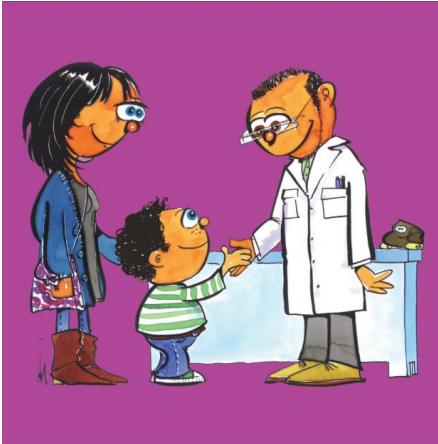
Joep moet poepen

- Joep, 3 jaar en 9 maanden, is nog niet zindelijk. Sinds 9 maanden zindelijk voor plassen maar niet voor poepen. Hij heeft een keer een gepoept op het potje en sindsdien wil hij niet op het potje of de WC. Hij poept nu 1x/week een keer in de luier; tussendoor poepvegen. De ouders willen graag dat hij zindelijk is voordat hij naar de kinderopvang gaat. Verder is Joep gezond.

OBSTIPATIE



Samen met Joep op reis door de digitale poeppoli



Kindergeneeskunde

Regulier

consult kinderarts

Bij de zorgaanbieder

22 dagen

Kindergeneeskunde

Verkorte toegangstijd

consult kinderarts

Bij de zorgaanbieder

U bepaalt zelf de toegangstijd

Kindergeneeskunde

Spoed

Consult specialist

Bij de zorgaanbieder

0 dagen

(Digitale) POEP poli

Combinatieafspraak

Inclusiecriteria

Kinderarts en urotherapeut bepalen aan de hand van een digitale vragenlijst en een poepdagboek wat de beste begeleiding van het kind en zijn/haar ouders (of verzorgers) is:

Digitale voorlichting en behandeling

Advies op afstand

N.v.t.

Kindergeneeskunde

Regulier

Consult kinderarts/arts-assistent

Bij de zorgaanbieder

35 dagen

Kindergeneeskunde

Verkorte toegangstijd

Consult kinderarts/arts-assistent

Bij de zorgaanbieder

U bepaalt zelf de toegangstijd

Second opinion kindergeneeskunde

Verwijsafspraak

Inclusiecriteria

Consult kinderarts/arts-assistent

Bij de zorgaanbieder

35 dagen

(Digitale) POEP poli

Combinatieafspraak

Inclusiecriteria

Kinderarts en urotherapeut bepalen aan de hand van een digitale vragenlijst en een poepdagboek wat de beste begeleiding van het kind en zijn/haar ouders (of verzorgers) is:

Digitale voorlichting en behandeling

Advies op afstand

N.v.t.

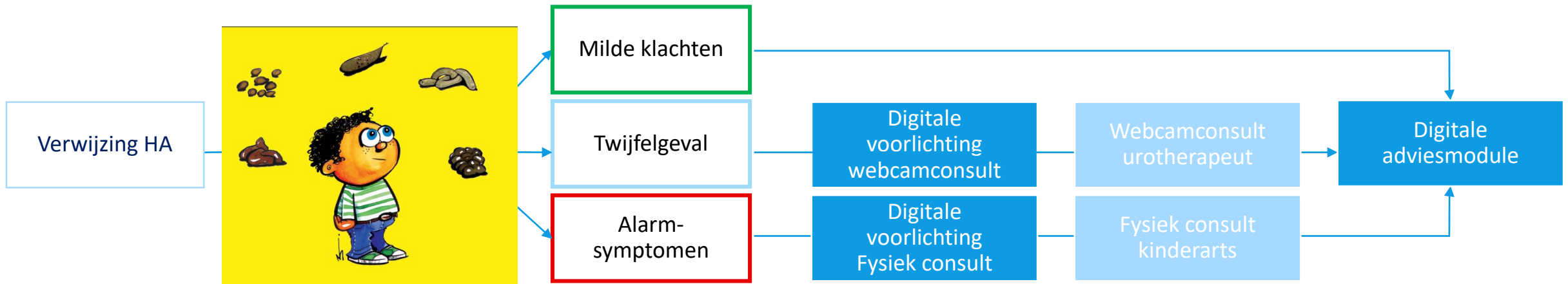
Wat betekent dit voor de patiënt?

- **Digitale link** met voorlichting, vragenlijst inclusief poepdagboek.
- **Triage met vragenlijst en poepdagboek**
- Voorlichting per leeftijdscategorie
 - 0-6 jaar, 6-12 jaar en 12-18 jaar.
- Voorlichting bestaat uit **video's, animaties, infographics**

- In principe **geen fysiek consult** in ziekenhuis tenzij
- De voorlichting blijft beschikbaar tot een jaar na verwijzing.

- Voorwaarde is Nederlandse taal en digitale vaardigheid

Samen met Joep op reis door de digitale poeppoli



Triage door middel van poepdagboek en vragenlijst

Poepdagboek

Naam:	
Maand:	

The Bristol Stool Form Scale

Type 1		Losse harde keutels, zoals noten (moeilijk uit te scheiden)
Type 2		Als een worst, maar klonterig
Type 3		Als een worst, maar met barstjes aan de buitenkant
Type 4		Als een worst of slang, glad en zacht
Type 5		Zachte keutels met duidelijke randen (makkelijk uit te scheiden)
Type 6		Zachte stukjes met gehavende randen, een papperige uitscheiding
Type 7		Waterig, geen vaste stukjes. Helemaal vloeibaar

Vul het type (nummer) in dat het beste bij jouw poep / de poep van

Dag	Ochtend	Middag	Avond	Nacht	Opmerkingen
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					

Gegevens kind

Hulpvraag

**** Geen risico ****
 Klachten / problemen: Obstipatie / verstopping / pijnlijke ontlasting
 Klachten / problemen: Verlies van ontlasting / zindelijkheidsprobleem van ontlasting
 Klachten / problemen: Angst om te poepen / uitstelgedrag / ophoudgedrag van poepen
 Belangrijkste klacht/probleem verwijzing: Verlies van ontlasting / zindelijkheidsprobleem van ontlasting
 Belangrijkste vraag: of de klachten door een medische oorzaak komen

Ontlasting

**** Hoog risico ****
 Bijzonderheden anus / poepgaatje: Ja

**** Geen risico ****
 Start poepproblemen: Anders
 Start poepproblemen: 6 maanden terug
 Frequentie poepen: 1-2 keer per week
 Type ontlasting: Type 1
 Binnen 48u na geboorte gepoept: Ja
 Laatste tijd afgevallen: Nee
 Bloed en/of slijm bij ontlasting: Nee
 Misselijkheid/braken: Nee
 Zindelijk ontlasting: Nee, doet luier aan om te poepen
 Frequentie poepvegen: 1-2 keer per week
 Frequentie ontlasting in broek: 1-2 keer per week
 Hoeveelheid ontlasting in broek: Ter grootte van een euromunt
 Behandeling verstopping: Mijn kind heeft medicijnen voorgeschreven gekregen, maar neemt deze niet in

Plassen

**** Geen risico ****
 Zindelijk plassen: Ja
 Enuresis: Nee
 Blaasontstekingen: Nee

Voorgeschiedenis

**** Geen risico ****
 Familieziekten: Coeliakie (glutenintolerantie)
 Problematiek familie: Nee, geen van onderstaande
 Ernstig eczeem: Nee
 Te kleine lengte / laag gewicht: Nee
 Lengte: 120
 Gewicht: 35

[MedifyMex](#)

Wat zijn alarm symptomen bij obstipatie?



- 1 Go to wooclap.com
- 2 Enter the event code in the top banner

Event code
IYBKNT



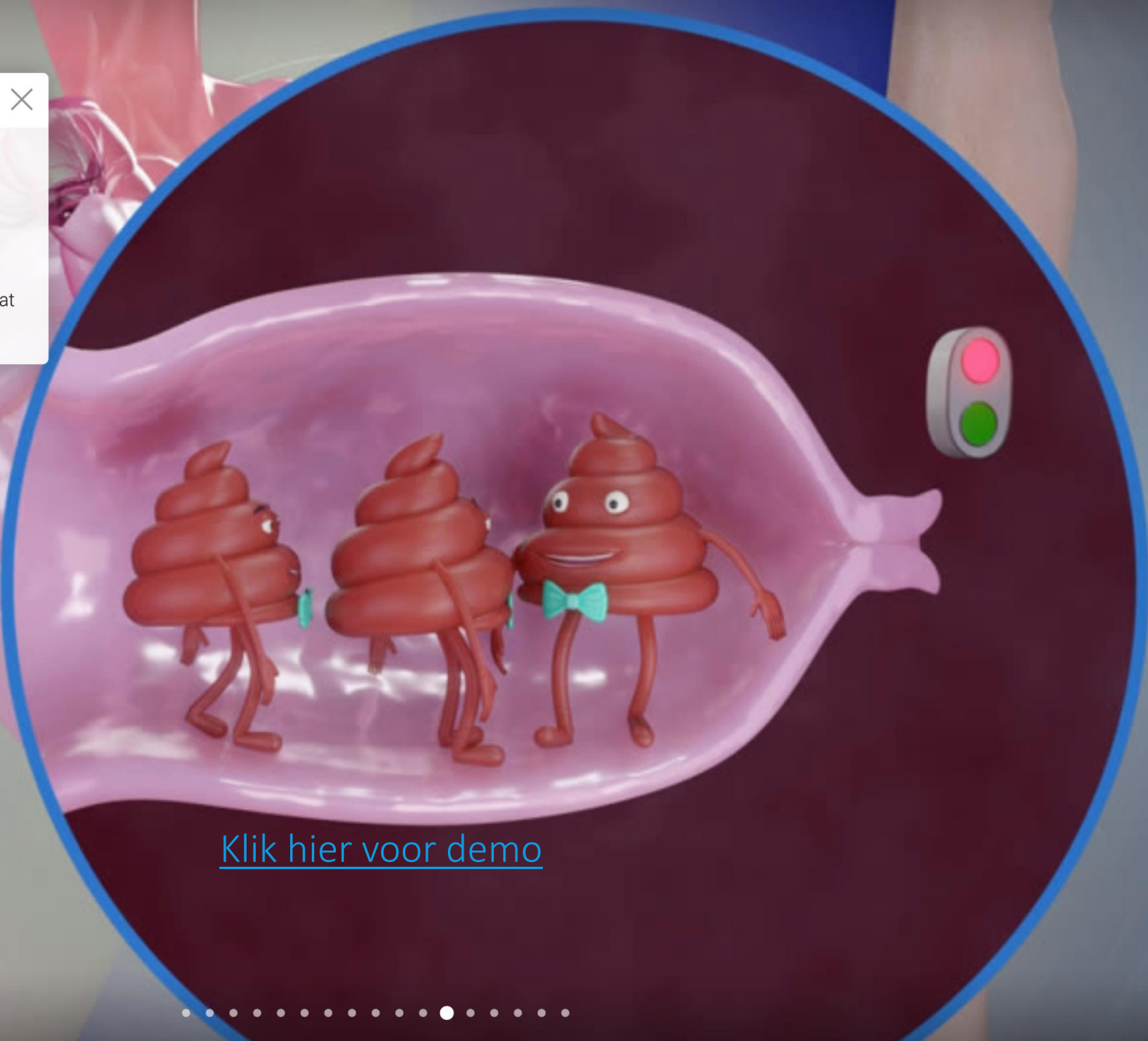
Seintjes



Je kan via de poepcomputer 2 seintjes teruggeven:

1. 'Ik ga poepen.'
2. 'Ik houd het nog even op.'

Als je voor 1 kiest, opent de anus/het poepgaatje zich en kan met zacht duwen de poep het lichaam uit. Hierna gaat de anus/het poepgaatje weer dicht.



[Klik hier voor demo](#)





[Klik hier voor demo](#)

Welke klachten zijn er bij obstipatie? ✕



De klachten zijn heel verschillend. Misschien herkent u één of juist meer klachten:

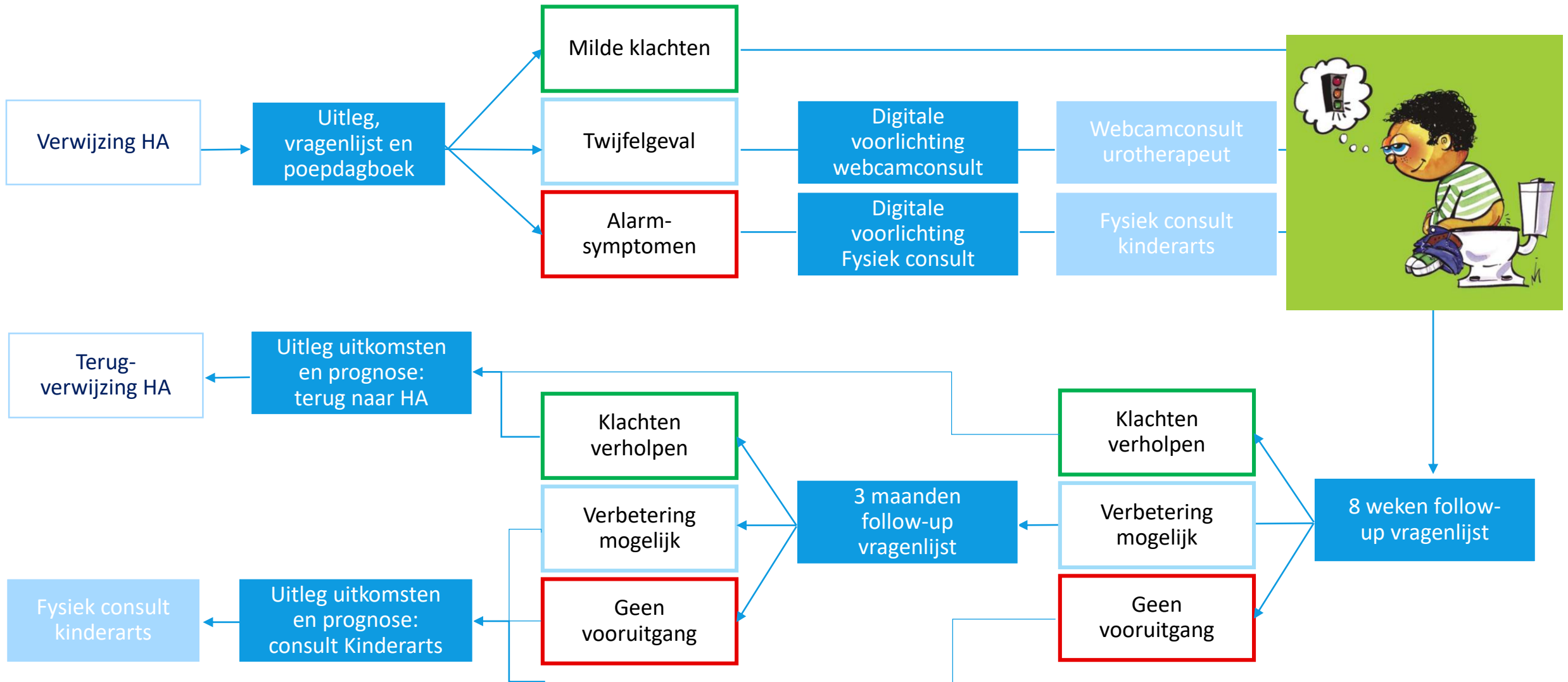
- niet of moeilijk kunnen poepen;
- harde poep hebben, wat erg pijn kan doen;
- poepvegen in de broek;
- minder zin om te eten;
- buikpijn;
- minder of geen gevoel van te moeten poepen (aandrang) hebben;
- nergens zin in hebben (lusteloos zijn);
- moe zijn;
- eens in de zoveel tijd heel veel poep hebben (we noemen dit ook wel een 'olifantendrol').



Belangrijkste oorzaak van obstipatie



Samen met Joep op reis door de digitale poeppoli



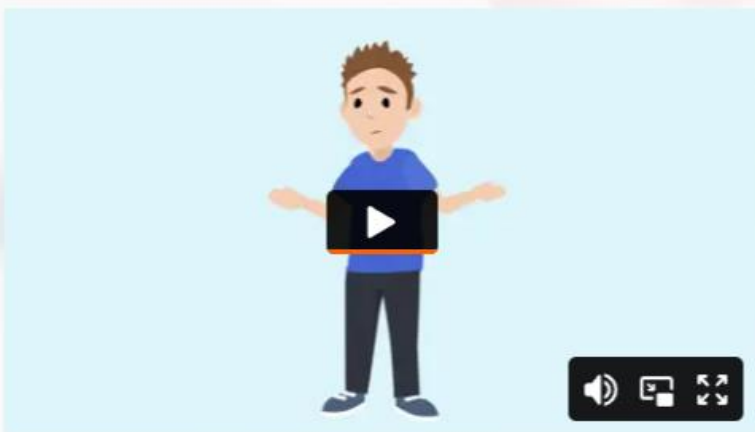
Welke (niet) medicamenteuze behandeling zou je starten voor joep?



- 1 Go to wooclap.com
- 2 Enter the event code in the top banner

Event code
IYBKNT

Wanneer moet je poepen?



- Als je niet meer voelt dat je moet poepen, is 30 minuten na het eten de beste tijd om het te proberen.
- Je gaat rustig op de wc zitten met je voeten op een krukje en blijft hier 3-5 minuten zitten.
- Je probeert te poepen. Soms moet je een beetje mee persen.
- De toiletzit doe je 3 keer per dag. Iedere keer na het eten: dus na het ontbijt, middageten en na het avondeten.

[MedifyMex](#)



Zo moet het **NIET!**



Zo moet het **WEL!**

Vezelrijk eten

✓ Meest
vezelrijk



✗ Minst
vezelrijk

Brood en graanproducten:



Donker roggebrood



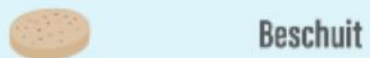
Volkorenbrood



Volkoren knäckebröd,
licht roggebrood



Witbrood, krentenbrood,
knäckebröd, ontbijtkoek,
volkoren beschuit



Beschuit

Warm eten (per één opscheplepel)



Aardappel,
volkoren pasta



Zilvervliesrijst,
groenten,
rauwkost



Witte rijst,
pasta

Tussendoortjes (vezels per 100 gram)



Bessen, noten,
geweekte pruimen
abrikozen



Appel met schil,
peer, rijpe banaan,



Sinaasappel, kiwi



Appel zonder schil,
banaan, peer,
rozijntjes, mueslikoek



Chips, chocola

Behandeling obstipatie

- We starten met 1 zakje macrogol junior (4 gram) per dag
- < 1 jaar kies voor lactulose ipv macrogol
- Doel van de behandeling bij Joep
 - A. 2-3 keer per week ontlasting waarbij Joep poept zonder pijn
 - B. Minimaal 5 dagen in de week ontlasting n hoger



Doel behandeling is vicieuze cirkel voorkomen

Vicieuze cirkel uitstel en ophoudgedrag



[MedifyMex](#)

Behandeling desimpactie

- Hoge dosering het liefst verdelen over 3 giften op de dag
- Als er diarree ontstaat dan is de dosering te hoog en moet direct worden afgebouwd

Uw kind krijgt in deze periode diarree

Het is mogelijk dat uw kind tijdelijk meer last heeft van:

- poepongelukjes
- schefen laten
- buikpijn



maximaal 4-5 scheppen

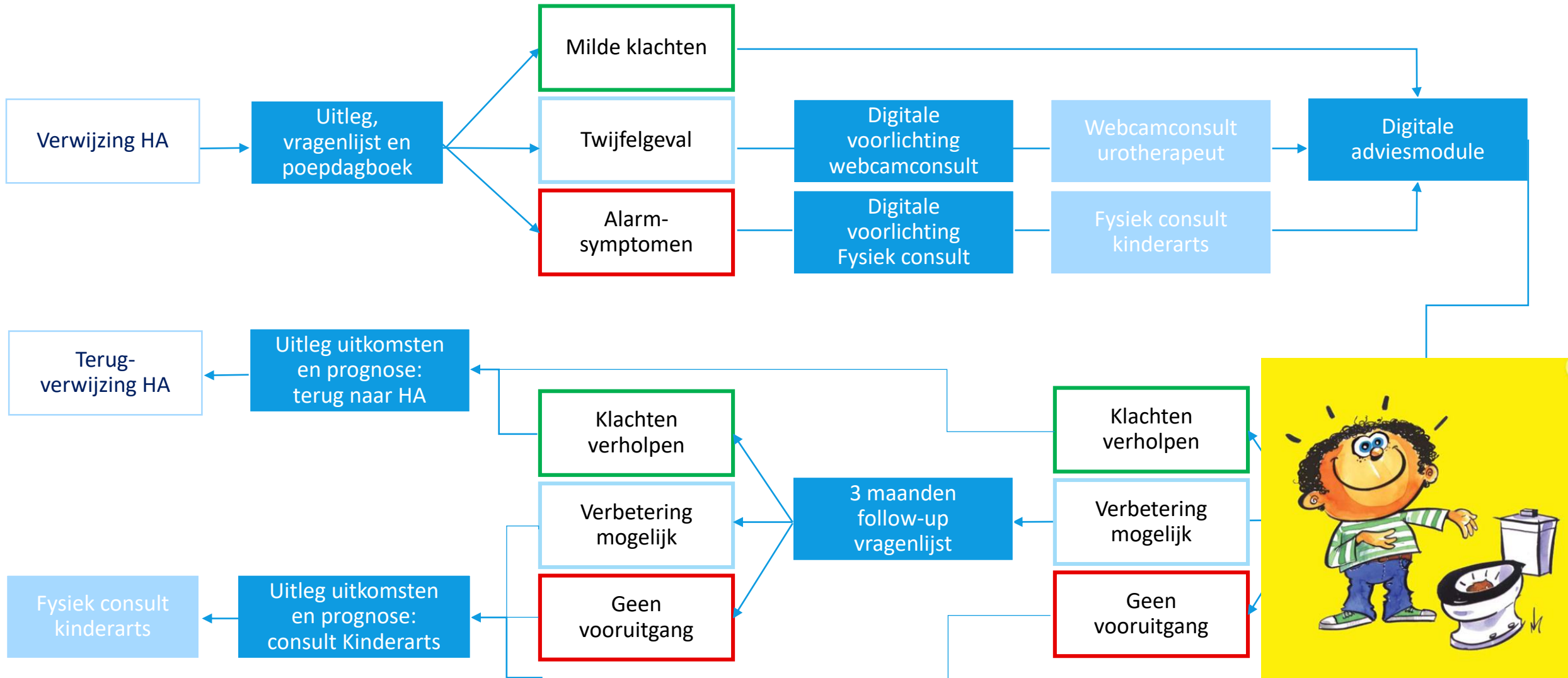


ca 200-250 ml



maximaal 4-5 zakjes

Samen met Joep op reis door de digitale poeppoli

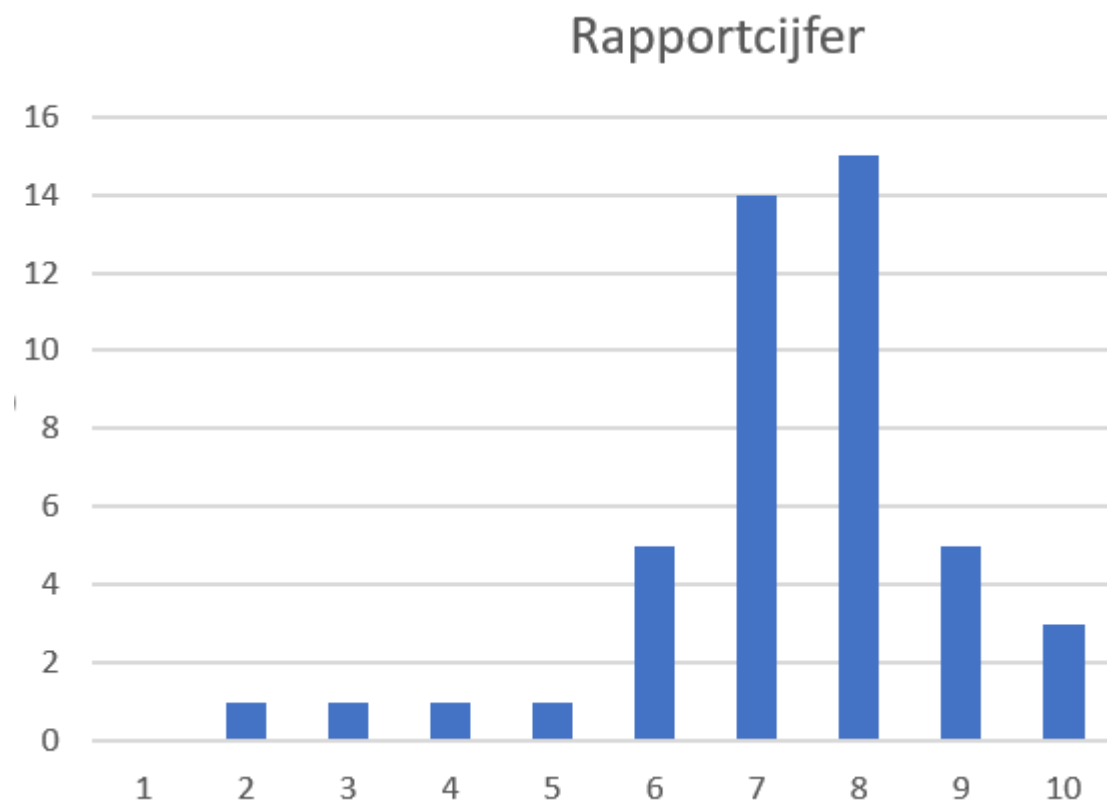


Follow up

- Als het poepen gedurende 1 maand goed gaat, kunnen de laxantia gestaakt worden
- Van langdurig gebruik van macrogol krijg je geen luie darmen



Voorlopige resultaten en feedback



Rapportcijfer 1-6

Het voelt toch een beetje afstandelijk en we halen er niet direct advies uit. Maar dat volgt wellicht later in het traject. Kan me wel voorstellen dat het jullie van veel informatie voorziet, voordat je überhaupt in gesprek gaat met mensen. Dat is een voordeel.

Is niet persoonlijk. Kijken naar een scherm.

Ik zou liever eerder de vragenlijst hebben gewild. Mijn dochter liep al meer dan 1 maand rond met deze klachten en dan had z'n dagboek voor mij weinig zin en duurde 1 week extra toch te lang. Liever meteen tips of handvaten gekregen

Je kan niet alle vragen met JA of NEE beantwoorden. In ons geval is het poepen van xx heel divers. Ene keer goed andere keer mega slecht. Het is dan lastig om antwoord te geven op de vragen. De vragen die er nu in staan, kunnen misschien een niet geheel duidelijk beeld geven aan een arts.

Rapportcijfer 7-10

Het is overzichtelijk en je hebt geen papierwerk liggen.

De vragen zijn helder en duidelijk.

Duidelijke uitleg zowel voor ouders als kind

Duidelijk, snel en praktisch met een kind.

Duidelijke vraagstelling

Op eigen tijd en duidelijk

Dit is handig om alvast in te vullen

Onze dochter heeft vooral heel erg in een deuk gelegen om het filmpje waarin je het jongetje ziet poepen. Vond ze erg grappig!

Het is gewoon helemaal duidelijk

Rustig kunnen lezen en video bekijken en eventueel terugkijken zorgen ervoor dat je alles goed in je op kan nemen vanuit je huiskamer

Via deze manier krijg je sneller de informatie dan als je moet wachten tot er een plekje is in het ziekenhuis. De poepproblemen zijn vaak al zo erg voor je eenmaal doorverwezen word, dat je eigenlijk direct geholpen word. Op deze manier krijg je alvast alle informatie die je nodig hebt, met een hele duidelijke uitleg.

Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg



Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg
- Digitale zorg kan nooit zo goed zijn als een fysiek consult



Digitalisering van zorg

- Digitale zorg is een uitkomst voor de capaciteitsproblemen in de zorg
- Digitale zorg kan nooit zo goed zijn als een fysiek consult
- Ik zou mijn patiënt verwijzen naar de digitale poeppoli



Take home message

Herken de signalen van het poepen, luister naar je lichaam



Denk aan de vier V's
Voldoende drinken
Vezels
Vetten
Voldoende bewegen

Volg de instructies van de medicijnen (laxeermiddel)



Volg de adviezen over de toiletzit, en doe de oefeningen die er bij horen



Vocht



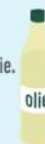
- Voldoende drinken: bij voorkeur water
- 6-7 bekers verspreid over de dag (1,2 tot 1,5 liter)
- Dit houdt de poep zacht en soepel.



Vetten



- Eet genoeg vetten; bijvoorbeeld olie.
- Dat houdt de poep mooi soepel.
- Smeer op iedere boterham boter.



Ma Di Wo Do Vr Za Zo



Voldoende bewegen



- Voldoende bewegen (= een soort fitness voor de darmen),
- Poep kan hierdoor makkelijker door je darmen heen gaan.
- Iedere dag minimaal 1 uur te bewegen, buiten spelen of sporten.

Voor ouders:
lees de aanvullende adviezen en uitleg

Take home message

- Obstipatie is vrijwel altijd (95%) functioneel
- Obstipatie is de meest voorkomende oorzaak van broekpoepen
- Ruim doseren is het halve werk (macrogol 0.4-1gr/kg/dag)
- Macrogol langere tijd (maanden) voorschrijven, geleidelijk afbouwen
- Digitale poeppoli levert snel toegankelijke zorg met uitgebreide voorlichting over obstipatie en de behandeling.
- Doel van de digitale poeppoli is om de verwijzing naar de 2e lijn verantwoord in te kunnen richten en onnodig medisch specialistische hulp te voorkomen.