



JAARLIJKS CONGRES – SLAAPPROBLEMEN BIJ JONGE KINDEREN

8 mei 2019

Jaarbeurs, Utrecht

De laatste jaren kampen steeds meer jonge kinderen met in- en doorslaapproblemen. Problemen die veel invloed hebben op zowel het kind als de ouders. Slecht slapen is niet goed voor de ontwikkeling van het kind, maar is evenmin bevorderlijk voor de ouder-kindrelatie. Ouders lijken soms wel continue met een jetlag te leven. Net als hun kind slapen ze slecht en toch moeten ze de volgende dag gewoon weer verder. Hierdoor kunnen ze weinig hebben en nauwelijks meer sensitief op hun kind reageren. De strijd en de problemen die in het gezin kunnen zeer hardnekkig en moeilijk te beïnvloeden zijn.

Voor zorgprofessionals betekent dit dat ze goed moeten weten wanneer er sprake is van een normale ontwikkeling en wanneer het gaat om aangeleerd gedrag of pathologie. Welke eerste hulp kunnen ze bieden aan ouders van baby's, peuters en kleuters die worstelen met in- en doorslapen? Wanneer moeten ze doorverwijzen naar specialisten? Hoe kunnen ze ouders, die zelf al zo moe zijn, op een goede manier begeleiden? Wat is daarvoor nodig? Tijdens het congres komen allerlei aspecten aan bod van slaap- en slaapproblemen op de baby, peuter- en kleuterleeftijd.

Doelgroep

Het congres is bedoeld voor alle professionals die met jonge kinderen en hun ouders werken.

Leerdoelen

- De ontwikkeling van normale slaap bij kinderen tussen de 0 en 7 jaar
- Somatische oorzaken voor het veelvuldig wakker worden
- De stand van de wetenschap omtrent co-sleeping en breastsleeping
- Slaapbehandeling als aanpak bij slapeloosheid
- IMH en gedragstherapie bij slaapproblemen
- Fysiologie van het stresssysteem en de invloed op slaap
- Sensitieve aanpak bij slaapproblemen en advisering op maat
- Uitgangspunten van de DC)-5 incl. slaapproblemen
- De rol van slaapproblemen bij kinderpsychiatrische stoornissen
- De aanpak van Pavor Nocturnus (nachtangsten)

Programma

09.15 uur Registratie en ontvangst met koffie en thee

10.00 uur Opening congres door dagvoorzitter Drs. Guus Feron

10.15 uur Dr. Nele Vandenbussche [Kempenhaeghe] - Normale ontwikkeling van slaap in de eerste levensjaren

11.30 uur Dr. Maartje Luijk [Erasmus Universiteit] - Veilig slapen met je baby

11.45 uur Pauze

12.15 uur Deelsessieronde 1

Deelsessie 1A Dr. Sigrid Pillen [Kempenhaeghe] - Slaap aanpakken? Maar we zijn al zo moe!

Deelsessie 1B Drs. Marilene de Zeeuw [Dimence] - IMH en gedragstherapie bij slaapproblemen

13.15 uur Lunchbuffet

14.15 uur Deelsessieronde 2

Deelsessie 2A Dr. Maartje Zijlmans [Radboud Universiteit] - Er zit geen kopje op

Deelsessie 2 B Dr. Maartje Luijk [Erasmus Universiteit] - Aanpakken slaapproblemen vereist maatwerk

15.15 uur Pauze

15.45 uur Deelsessieronde 3

Deelsessie 3A Dr. Janne Visser [Dimence] - Slaapproblemen en slaapstoornissen

Deelsessie 3B Drs. Daniëlle Hendriks [Westeinde Ziekenhuis] - Nachtangsten

16.45 uur Afsluiting en naborrel

Sprekers en hun bijdrage

Drs. Nele Vandenbussche

Bijdrage: Normale ontwikkeling van slaap in de eerste levensjaren

Nele studeerde geneeskunde aan de KULeuven met als specialisatie Kindergeneeskunde. Zij werkt als kinderarts en somnoloog bij het centrum voor slaapgeneeskunde te Kempenhaeghe.

Openings spreker Nele Vandenbussche zal vertellen over de ontwikkeling van normale slaap bij kinderen tussen de 0 en 7 jaar en aangeven wanneer er bij problemen op dit vlak aan een medische oorzaak kan worden gedacht. Er wordt specifiek ingegaan op somatische oorzaken voor steeds wakker worden, zoals ademhalingsmoeilijkheden of apneu bij jonge kinderen.

Dr. Maartje Luijk

Bijdrage: Veilig slapen met je baby / Aanpakken slaapproblemen vereist maatwerk

Maartje is Associate Professor Child and Family Studies aan de Erasmus Universiteit Rotterdam en voorzitter van de NIP-werkgroep.

Het is een hype op het moment: co-sleeping en breastsleeping. Grote warenhuizen spelen hier op in door aanschuifbedden voor het hele gezin te verkopen. Tegelijkertijd zijn er ook tegengeluiden, vooral omdat de kans op wiegendood zou kunnen toenemen. Wat is de stand van de wetenschap? Wat en hoe kun je als hulpverlener ouders veilig adviseren? Is er een beste advies?

De JGZ heeft in 2017 de richtlijn Slapen geïmplementeerd. Psychologen zijn het op onderdelen niet eens met de adviezen. Op initiatief van het NIP wordt binnen de huidige onafhankelijke werkgroep Slapen en Slaapproblemen nu een visiedocument ontwikkeld. Dit wordt een genuanceerdere visie op slaapproblemen met meer aandacht voor sensitiviteit en

adviezen op maat. Dit onderwerp staat centraal in de deelsessie onder leiding van Maartje Luijk.

Dr. Sigrid Pillen

Bijdrage: Slaap aanpakken? Maar we zijn al zo moe!

Sigrid is kinderarts-kinderneuroloog en ESRS erkend somnoloog werkzaam binnen het Centrum voor Slaapgeneeskunde van Kempenhaeghe.

Slapeloosheid bij jonge kinderen heeft vaak een grote impact op het functioneren van kind en ouders. Vanuit dat oogpunt is een goede slaapbehandeling zeer gewenst, maar tegelijkertijd een hele uitdaging. Want hoe moet je de energie opbrengen om een kind consequent te troosten of terug te brengen naar het eigen bedje? In deze deelsessie gaan we interactief aan de slag met deze uitdaging.

Drs. Marilene de Zeeuw

Bijdrage: IMH en gedragstherapie bij slaapproblemen

Marilene is klinisch psycholoog Kinderen en Jeugd, psychotherapeut, supervisor gedragstherapeut VGCT en IMH specialist. Zij werkzaam bij jeugd ggz Dimence met de nadruk op het uitvoeren van diagnostiek en behandeling op het vlak van Infant Mental Health. Daarnaast is zij hoofddocent Infancy aan de landelijke opleiding tot Klinisch Psycholoog Kinder & Jeugd.

Soms lijkt het alsof gedragstherapie het enige perspectief is om slaapproblemen te behandelen. Maar slecht slapen zegt ook iets over de ervaren veiligheid door kinderen en soms ook over separatietrauma's die kinderen én ouders hebben meegemaakt. De nieuwe generatie gedragstherapie houdt rekening met evolutionaire adaptie.

Dr. Maartje Zijlmans

Bijdrage: Er zit geen knopje op

Maartje Zijlmans is postdoc onderzoeker bij Radboud Universiteit, bestuurslid Babywerk en mede-eigenaar van Baby Proof.

Een baby, peuter of kleuter kan pas slapen als het voldoende kalm is en zich veilig genoeg voelt. Stress-onderzoek vertelt daar veel over, evenals het onderzoek naar gehechtheidsrelaties. In deze deelsessie gaat het over de fysiologie van het stresssysteem en de invloed op slaap. En natuurlijk wat dit betekent voor ouders en hulpverleners. Hierbij zullen de meest recente wetenschappelijke onderzoeken besproken worden met een vertaalslag naar de praktijk.

Dr. Janne Visser

Bijdrage: Slaapproblemen en slaapproblemen: het perspectief van de vroege ontwikkeling en de context

Janne is kinderpsychiater met ruime expertise op het gebied van diagnostiek, classificatie en behandeling van psychische en ontwikkelingsstoornissen bij kinderen onder de zes jaar vanuit een ontwikkelings- en contextuele perspectief. In 2017 is zij gepromoveerd op de vroege kenmerken en vroege beloop van neurobiologische ontwikkelingsstoornissen. Het multidimensionale perspectief van de DC0-5, het nieuwe classificatiesysteem voor psychische en ontwikkelingsstoornissen voor 0-5 jarigen, biedt een multidimensionaal perspectief op slaapproblemen. In deze deelsessie gaat het over de uitgangspunten en het

nut van de DC0-5 om slaapproblemen en stoornissen te begrijpen in de context van het brede scala aan individuele kind- en contextuele kenmerken/ pathologie.

Drs. Daniëlle Hendriks

Bijdrage: Nachtangsten

Daniëlle is orthopedagoog-generalist/somnoloog bij de afdeling Slaapcentrum van het Westeinde ziekenhuis te Den Haag.

Pavor Nocturnus, nachtangsten, komen veelvuldig voor op jonge leeftijd. Wat is er over bekend? Hoort het erbij of is er sprake van aangeleerd gedrag? Kun je en moet je willen troosten? Wat is een goede aanpak?

Drs. Guus Feron

Bijdrage: Dagvoorzitter

Guus is opgeleid als jeugdhulpverlener en studeerde Comparative European Social Studies aan de University of North London. Op de werkvloer lag zijn hart bij het systemisch werken met (LVB-) jongeren met bijkomende psychiatrische problematiek en het begeleiden van gezinnen met complexe problematiek. Hij werkte regelmatig voor het consulententeam (het huidige CCE) en verzorgde gastcolleges in Nederland en België. Guus volgde een variëteit aan opleidingen op het gebied van agogiek, rechtswetenschappen, management en kwaliteitszorg en heeft meer dan 20 jaar ervaring in leidinggevende- en beleidsfuncties opgedaan.