



Weeeeeeh!

De deur van de babykamer doe je heel zachtjes dicht. Op je tenen sluip je naar de keuken. Koffie. Na weer een nacht lang huilen, wiegen, wandelen en troosten, ben je daar wel aan toe. Weeeeh! Het gehuil zwelt weer aan. Houdt het dan nooit op? Radeloos word je ervan. Machteloos ook. Voor je het weet sta je met je baby in je handen te schudden. Je herkent jezelf niet meer. Alles wil je doen, als het huilen maar stopt.

WAT IS HET SHAKEN BABY SYNDROME?

Iedereen kan zich er iets bij voorstellen. Zeker ouders van een huilbaby. Niets ergers dan het continu gehuil van je baby om je heen. De zorgen die je maakt. Wat mankeert de kleine toch? Drinkt-ie wel genoeg? Een enge ziekte misschien? Is het net even rustig, begint het huilen weer. Genoeg moeders vluchten de deur uit zodra manlief thuiskomt na een dag werken. Even weg van het gehuil. Een goed besluit, want het advies is om ervoor te zorgen dat de frustraties niet te hoog oplopen, waardoor de baby misschien iets wordt aangedaan.

Baby's die door elkaar geschud worden kunnen het Shaken Baby Syndrome (SBS) oplopen. De gevolgen zijn zeer ernstig. TNO heeft onderzoek gedaan naar het SBS en heeft een preventieve aanpak ontwikkeld ter voorkoming van het SBS. Onderdeel hiervan is een training voor professionals in het netwerk van zorg rondom (aanstaande) ouders en de pasgeborene. Deze professional, meestal de kraamverzorgende, geeft voorlichting over SBS aan de jonge ouders. Dit gebeurt meestal in de kraamtijd. De voorlichting bestaat naast een gesprek over SBS onder anderen uit de voorlichtingsfilm Niet schudden breekbaar waarin ouders hun ervaringen over het omgaan met huilen delen, een arts uitlegt wat de risico's van schudden zijn en een kraamverzorgende concrete adviezen geeft. Ook in Noord-Holland is een pilot gestart over SBS waarin verloskundigen, kraamzussen en de JGZ voorlichting geven over dit onderwerp met behulp van de voorlichtingsfilm. Ze leren ouders hoe ze om moeten gaan met het huilgedrag van hun baby en leggen uit dat een gevoel van onmacht en onzekerheid in deze periode normaal is. Daarnaast geven ze advies over hoe te handelen wanneer ouders zich boos of gefrustreerd voelen. In de Verenigde Staten in de staat New York heeft een vergelijkbare aanpak, gericht op alle moeders én vaders, het aantal kinderen dat geschud werd met 47 procent verminderd.

Wat houdt het Baby Shaken Syndrome precies in?


Het Shaken Baby Syndrome (SBS) is een vorm van kindermishandeling waarbij een kind ernstig letsel heeft als gevolg van heftig schudden van het kind. In bijna alle gevallen gaat huilen aan het schudden of slaan vooraf. In Nederland geeft een op de twintig ouders in een vragenlijst aan dat zij hun baby weleens geschud, geslagen of gesmoord hebben in reactie op huilen. Naar schatting komen er per jaar dertig kinderen in het

ziekenhuis met ernstig letsel als gevolg van schudden, waarvan ongeveer vier kinderen komen te overlijden. De meeste kinderen die heftig worden geschud zijn jonger dan een jaar.

Wat zijn de gevolgen van het schudden?

Schudden is gevaarlijk voor baby's omdat zij een relatief groot en zwaar hoofd hebben, terwijl de nek en schouderpijlen slap en nog niet volledig ontwikkeld zijn. De hersenen en het hersenweefsel zijn niet volgroeid en dus kwetsbaar. Daarnaast hebben baby's kwetsbare bloedvaten die gemakkelijk scheuren. Door het schudden kunnen bloedingen in de hersenen en/of in de ogen ontstaan. Als kinderen het schudden overleven kunnen de gevolgen onder meer een verstandelijke beperking, ontwikkelingsachterstand, lichamelijke handicap, zoals verlamming of spasticiteit, ernstige motorische stoornis, gedragsproblemen, leerproblemen, blindheid of epileptische aanvallen zijn.

Hoe kun je als ouder op relatief eenvoudige wijze ervoor zorgen dat het niet zo ver komt?

Onderzoek toont aan dat schudden meestal voortkomt uit een reactie op het huilen van een baby of op andere factoren die ertoe leiden dat iemand die voor de baby zorgt gefrustreerd of boos wordt. In feite is huilen, waaronder ontroostbaar huilen, normaal gedrag in de ontwikkeling van baby's. Het probleem is niet het huilen zelf, maar hoe ouders/verzorgers ermee omgaan. Het oppakken van een baby en hem/haar schudden, weggooien, slaan of pijn doen is per definitie geen goede reactie. Iedereen, van verzorger tot omstander, kan iets doen om SBS te voorkomen. 

De kern van de boodschap voor ouders is:

Alle baby's huilen. Dat is normaal. Maar soms wordt het je te veel.

Als je je boos of gefrustreerd voelt...

- 1 Leg de baby veilig weg
- 2 Loop de kamer uit
- 3 Ga pas weer terug als je rustig bent of als je baby weer rustig is

Schud nooit en zoek hulp!