

# Huilen, troosten, slapen

Het missende vierde trimester en de troostrespons  
bij baby's tot 4 maanden

Dr. Eline Möller

1 juni 2021



# Huilen en slapen

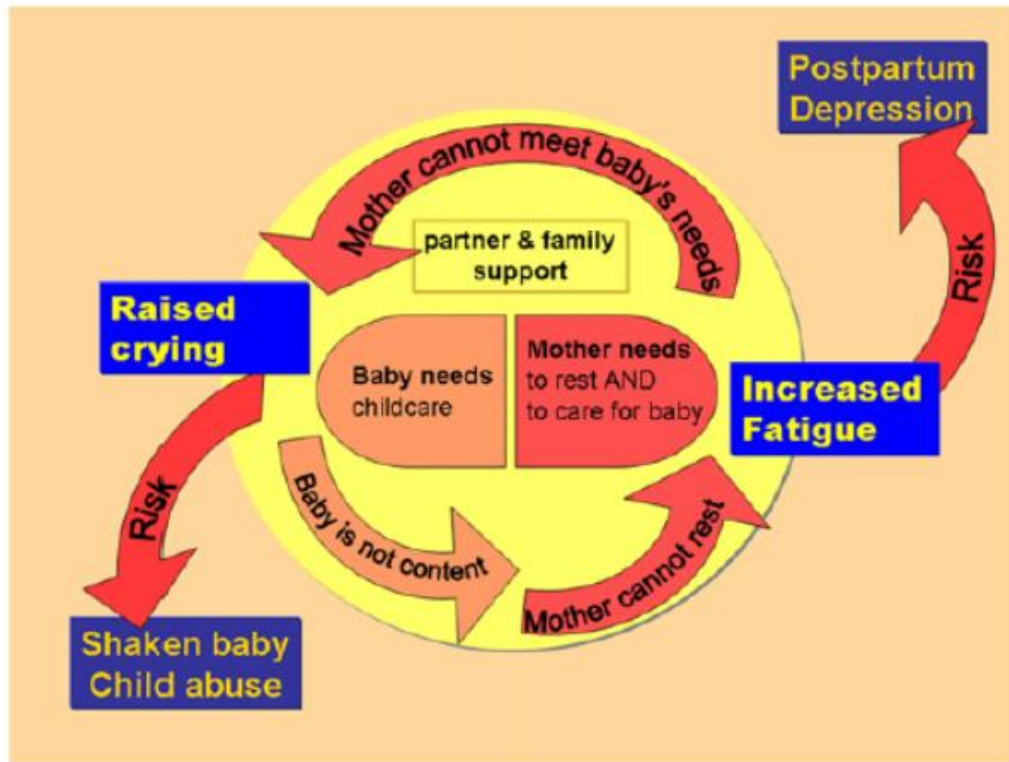
- ▶ 22% ouders zoekt hulp voor huilen baby
- ▶ 23-27% ouders ervaart problemen met slaap baby
- ▶ 95% van de huilbaby's is gezond
  
- ▶ Excessief huilen:
  - ▶ Regel van 3 (Wessel et al., 1954)
  - ▶ Perceptie ouders



(Armstrong et al., 1994; Brugman et al., 1999; Zwart et al., 2007)



# De vicieuze cirkel tussen huilen en oververmoeidheid en depressie



(Kurth et al., 2011)



# Ouders hebben scala aan responsieve troostmethodes



- ▶ Eigen troostmethodes
- ▶ Huid-op-huidcontact
- ▶ Babymassage
- ▶ Dragen (doek)

**Wat als dat niet helpt?**

# Waarom huilen baby's?

## Het missende 4<sup>e</sup> trimester

- ▶ Baby's nog foetaal
- ▶ Primitieve reflexen
- ▶ Behoefte aan fysiologische en sensorische stimuli
  
- ▶ Wetenschappelijk bewijs voor bestaan 4<sup>e</sup> trimester  
(o.a. Van Puyvelde et al., 2015)



# Sensaties in de baarmoeder nabootsen met de Happiest Baby-methode (HB)

In de baarmoeder:

- ▶ Amper ruimte
- ▶ Op de zij/buik
- ▶ Veel lawaai
- ▶ Veel bewegen
- ▶ Zuigen

Buiten de baarmoeder:

- ▶ Inbakeren
- ▶ Zij-/buikligging bij ouders
- ▶ Sussen
- ▶ Wiegen/wiebelen
- ▶ Laten zuigen



**Vijf stapjes triggeren de troostrespons**





# Ons onderzoek naar bestaan troostrespons

- ▶ Onderzoeken troostrespons baby's

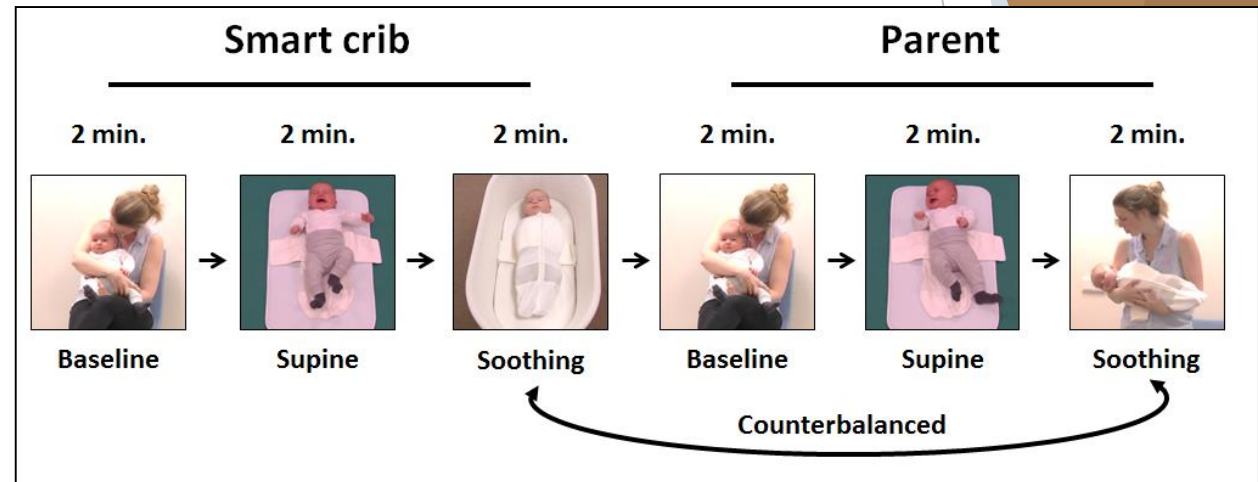
- ▶ Inbakeren
- ▶ Beweging
- ▶ Geluid

- ▶ Met behulp van

- ▶ Troost door ouder
- ▶ Troost door 'slim' babybedje

- ▶ Resultaten

- ▶ Significant minder geobserveerde onrust wanneer ouder of bedje troost dan wanneer op rug
- ▶ Significant lagere hartslag wanneer ouder of bedje troost dan wanneer op rug



# Onderzoek naar effectiviteit HB

- ▶ Alle 5 de stapjes hebben los een effect op huilen/slappen
- ▶ Geen effect op huilen en slapen als je het ouders leert door alleen video te kijken (McRury & Zolotor, 2010)
- ▶ Minder huilen en minder pijn na vaccinatie (Harrington et al., 2012)
- ▶ Meer slaap en minder voedingen (Paul et al., 2011, 2016)
- ▶ Minder huilen, minder nachtelijk ontwaken, minder voedingen en langer slapen (Öztürk Donmez & Bayik Temel, 2019)
- ▶ Groter competentiegevoel bij ouders (Botha et al., 2020)

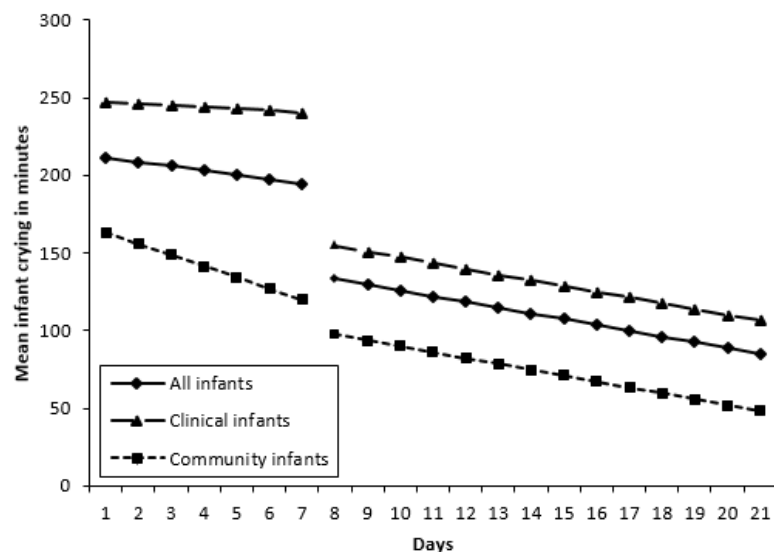
**Geen onderzoek bij huilbaby's?**



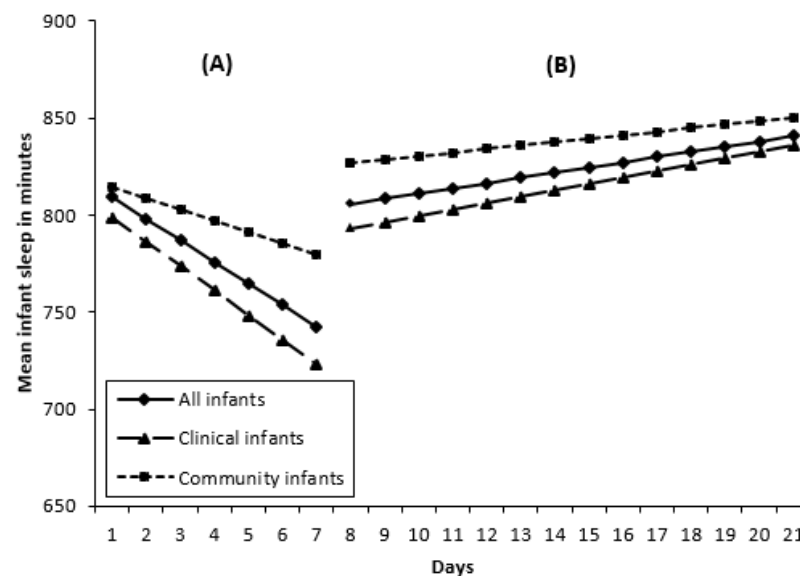


# Ons onderzoek naar effectiviteit HB bij huilbaby's

## Effecten huilen



## Effecten slapen



(Möller, Oort, & Rodenburg, in revisie)

# Effecten van het bedje bij moeders thuis



12 baby's:

- ▶ Significante afname huilen
- ▶ Toename slaap baby
- ▶ Toename slaap moeder
- ▶ Geen afname depressieve klachten bij moeder

Inmiddels 30 baby's  
geïnccludeerd.  
Binnenkort start RCT



(Van Meegen et al., in voorbereiding)

# Implicaties voor zorgprofessionals

- ▶ Er is wat te doen aan het huilen! Niet ‘wachten tot het over gaat’
- ▶ Professionals scholen in Happiest Baby-methode
- ▶ Aanleren Happiest Baby-methode aan (aanstaande) ouders
- ▶ Meewerken aan onderzoek naar HB en Snoo



# Meer lezen?



Hoofdstuk in  
'Protocolaire  
behandelingen voor  
kinderen en  
adolescenten met  
psychische klachten -  
Deel 1'

# Vragen?



Eline Möller  
[eline.moller@opvoedpoli.nl](mailto:eline.moller@opvoedpoli.nl)