

**Kinderfysiotherapie voor  
kinderen met**



**SOLK**

## **Wat is SOLK?**

Somatisch onverklaarbare lichamelijke klachten (SOLK) zijn aanhoudende klachten die langer dan enkele weken duren. Alhoewel de klachten medisch onverklaarbaar zijn, zijn het reële klachten waarvan de oorzaak (nog) niet bekend is. Deze onduidelijke lichamelijke klachten hebben vaak een groot impact op het dagelijks leven van zowel het kind zelf, de ouders als het hele gezin. Want doordat functies verloren gaan neemt de kwaliteit van leven van het kind af. Dit kan bij kinderen leiden tot schoolverzuim en het niet meer uit kunnen oefenen van hobby's, sporten en spelen met vrienden/vriendinnen. SOLK kan bij kinderen leiden tot meer angsten en depressies.



## **Oorzaken**

In 90% van de gevallen liggen stress, spanningen of emoties mede aan de basis van de pijn of de klacht. Wanneer door omstandigheden een jongere gehinderd wordt in zijn ontwikkeling kan langdurige stress ontstaan en dit kan zich uiten in lichamelijke klachten. De klachten blijken vaak voor te komen bij kinderen en jongeren met angst- en stemmingsproblemen.

## **Symptomen**

SOLK kan zich bij kinderen en jongeren uiten op verschillende manieren. Kinderen kunnen klachten krijgen van onverklaarbare spier- en rugpijn, abnormale bewegingen, gewrichts- en buikpijn. Tintelingen of uitval in de armen en benen, vermoeidheid en ademhalingsklachten kunnen ook voorkomen.



## **Onderzoek**

De kinderfysiotherapeut neemt bij ouders en kind een gesprek af omtrent de klacht. Er wordt gekeken naar welke factoren de klacht of stoornis onderhouden of het verergeren en hoe de klachten zijn ontstaan. De kinderfysiotherapeut gebruikt hierbij het zogenaamde bio-psycho sociale model, in dit model wordt gekeken naar fysieke, mentale- en sociale invloeden. Een tijdige herkenning van SOLK is gewenst om chronische klachten te voorkomen.

## Behandeling

Voor de behandeling werken er meerdere zorgprofessionals samen zoals kinderarts, kinderfysiotherapeut en psycholoog . Het is van belang dat de behandeling aansluit bij de hulpvraag van kind en ouders. Goede communicatie tussen de ouders en kinderfysiotherapeut is dan ook cruciaal maar bevordert ook het herstel van het kind. Tijdens de behandeling wordt aan de ouders en het kind uitgelegd wat de klacht inhoudt. Deze uitleg zou al voor angstreductie kunnen zorgen, en als gevolg daarvan klachtvermindering kunnen geven. Er wordt tijdens dit gesprek in kaart gebracht welke factoren een rol spelen bij het ontstaan en/of in stand houden van SOLK door de kinderfysiotherapeut. Op grond van de grootste factoren die de lichamelijke klachten in stand houden, selecteert de kinderfysiotherapeut samen met de patiënt een geschikte behandeling die dit aanpakt.

Behandeldoelen kunnen zijn:

- Het maken van een opbouwschema wat het kind helpt om geleidelijk activiteiten op te bouwen en te werken aan kracht en conditie. Soms is het moeilijk voor een kind om naar school te gaan door de klachten, maar de klachten kunnen afnemen als het kind weer geleidelijk aan regelmatig naar school gaat en met alles meedoet.
- Ook leert het kind activiteiten af te wisselen met vormen van ontspanning. Ontspanningstechnieken zijn vaak onderdeel van de behandeling.

