

Zakkaartje - Obstipatie

Conform NHG-Standaard Obstipatie

Diagnose & anamnese	RODE VLAGGEN & LO	STAP 1 — NIET-MEDICAMENTEUS
<p>Volwassenen (≥2 symptomen):</p> <ul style="list-style-type: none"> Defecatiefrequentie ≤ 2/week Hard persen bij defecatie Harde of keutelige ontlasting Gevoel van incomplete defecatie Anorectale obstructie/blokkade Digitale handelingen noodzakelijk <p>Kinderen (≥2 symptomen):</p> <ul style="list-style-type: none"> Defecatiefrequentie ≤ 2/week Ophouden van ontlasting Pijnlijke, harde of keutelige defecatie Grote hoeveelheid in luier of toilet Grote fecale massa palpabel Fecale incontinentie ≥ 1x/week <p>Anamnese:</p> <ul style="list-style-type: none"> Duur, begin, defecatiepatroon, frequentie Overloopdiarree → ernstige obstipatie Ophouddrag / uitstelgedrag Medicatiegebruik (opioïden, anticholinergica, ijzer, calcium, NSAID's, diuretica) Vocht, vezels, beweging Kind: meconiumlozing >48u? Failure to thrive? 	<p>Rode vlaggen / onderliggende oorzaak:</p> <ul style="list-style-type: none"> Malaise + ↓ gewichtsverlies → maligniteit? Rectaal bloedverlies + veranderd defecatiepatroon Toenemende buikpijn + braken → ileus? Medicatie-geïnduceerd → overweeg staken Hypothyreoïdie, DM, zwanger, Parkinson, MS Bekkenbodempathologie (rectokèle, enterokèle) Kind: meconiumlozing >48u → Hirschsprung? Kind: bloederige diarree, gallig braken, failure to thrive <p>Lichamelijk onderzoek (LO):</p> <ul style="list-style-type: none"> Abdomen: inspectie, auscultatie, percussie, palpatie Perianale regio: fissuren, hemorroïden, prolaps Rectaal toucher: bij rectaal bloedverlies, malaise, gewichtsverlies, buikpijn <p>Kind LO extra:</p> <ul style="list-style-type: none"> Palpabele fecale massa (scybala) Wervelkolom, anorectale misvormingen, anusreflex Aanvullend onderzoek: Lab alleen bij vermoeden: hypothyreoïdie, hypokaliëmie, hypercalciëmie, coeliakie X-BOZ heeft GEEN diagnostische waarde bij obstipatie 	<p>Voorlichting & leefstijl:</p> <ul style="list-style-type: none"> Uitleggen: aandrang herkennen en toegeven Ophouden = voornaamste oorzaak → vicieuze cirkel doorbreken Recidief is normaal - behandeling duurt bij kinderen ≥2 maanden Langdurig laxantia = GEEN 'luie darmen' <p>Vocht:</p> <ul style="list-style-type: none"> Volwassene: 1,5-2 L/dag Kind ≥10 kg: 1-1,5 L/dag Zuigeling: 150 ml/kg/dag <p>Voeding & beweging:</p> <ul style="list-style-type: none"> Vezelrijk dieet: groente, fruit, volkoren, peulvruchten) Vezelpreparaten (psyllium) als dieet onvoldoende Volwassene: ½ uur/dag matig intensief bewegen Kind: ≥1 uur/dag matig intensief bewegen <p>Toilettraining kind ≥4 jaar:</p> <ul style="list-style-type: none"> 3x daags, 10-15 min na maaltijd, ±5 min, voetenbankje Buik ontspannen - 10x actief drukken, dan ontspannen Motiveer met beloningssysteem Poepdagboek bijhouden (frequentie, klachten, effect medicatie) Start medicamenteus bij onvoldoende effect na 2 weken, of direct bij veel hinder.

Medicamenteuze behandeling - Start bij onvoldoende effect niet-medicamenteuze therapie na 2 weken.

Stap	Volwassenen - dosering	Kinderen - dosering
1e keus Lactulose	Stroop: 15-45 ml/dag in 1-2 doses Of poeder: 12-30 g/dag in 1-2 doses Bij buikpijn/diarree: dosering verlagen	0-6 maanden: 0,5-1 ml/kg/dag in 1-2 doses ≥7 maanden: 1-3 ml/kg/dag in 1-2 doses (max 66 g/dag) Kind <1 jaar: lactulose als enige middel
1e keus Macrogol	Zonder elektrolyten (macrogol 4000): 1-2 sachets 10g/dag Met elektrolyten: afhankelijk fabrikant 1-4 sachets/dag	1-8 jaar: 1-4 sachets junior 4g/dag ≥8 jaar: zie volwassenen Lactitol is alternatief voor lactulose
Fecale impactie	Macrogol hoog: 8 sachets à 13g binnen 6 uur/dag, max 3 dagen Let op: max 2 sachets/uur bij verminderde cardiovasculaire functie	Macrogol: 1-1,5 g/kg/dag, max 7 dagen Of rectaal: microklysma natriumlaurylsulfoacetaat <1j: ½ microklysma ≥1j: 1 microklysma éénmalig
2e stap (toevoegen)	Bisacodyl 5-10 mg oraal, bij voorkeur 's avonds Of magnesiumoxide 2-5 g/dag (cave nierfunctie!)	Bisacodyl zetpil: 3-10j: 5 mg 10-18j: 5-10 mg Overweeg bisacodyl 1dd 5 mg oraal bij ≥3d geen defecatie Terughoudend met sennosiden bij kinderen

Opioïden: Altijd gelijktijdig starten met lactulose of macrogol - Contra-indicatie orale laxantia: ileus - Zwangerschap: lactulose en macrogol zijn veilig

Controle & vangnet	Verwijzing
<p>Niet-medicamenteus:</p> <ul style="list-style-type: none"> Controleconsult na 2 weken; check naleving adviezen <p>Medicamenteus:</p> <ul style="list-style-type: none"> Ernstige klachten: controle na 3 dagen Milde klachten: controle na 2 weken Pas dosering aan bij bijwerkingen of onvoldoende effect Afbouwen zodra klachtenvrij - geleidelijk, in overleg Bij mislukken afbouw: heroverweeg diagnose functionele obstipatie <p>Kinderen specifiek:</p> <ul style="list-style-type: none"> Succesvolle behandeling (≥3x/week) ≥2 maanden continueren Poepdagboek: frequentie, klachten, therapietrouw Bisacodyl overwegen bij ≥3 dagen geen defecatie ondanks therapie Behandeling kan 6 maanden tot jaren duren — instrueer ouders 1 maand na stoppen: (telefonisch) follow-up <p>LET OP: Overloopdiarree bij kind/ouder = ERNSTIGE obstipatie! Behandel als obstipatie, NIET als diarree!</p>	<p>Direct verwijzen (spoed):</p> <ul style="list-style-type: none"> Vermoeden ileus (buikpijn + braken + distensie) → chirurg/internist Vermoeden maligniteit (bloedverlies + gewichtsverlies) → chirurg <p>Verwijzen volwassenen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Onvoldoende respons op behandeling → MDL-arts of internist Vermoeden bekkenbodempathologie → gynaecoloog Twijfel vezelinname → diëtiste <p>Verwijzen kinderen → kinderarts:</p> <ul style="list-style-type: none"> Onvoldoende respons op behandeling Vermoeden ziekte van Hirschsprung Congenitale afwijking wervelkolom of anus Fecale incontinentie bij zindelijk kind → kinderarts / fysiotherapeut <p>Aanvullende verwijzingen kinderen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Toilettraining / perstechniek → fysiotherapeut met spec. deskundigheid Pedagogische ondersteuning → JGZ-verpleegkundige Gedragsprobleem / verstoorde ouder-kindrelatie → psycholoog Vermoeden seksueel misbruik → Meldcode Kindermishandeling