

Evenwichtsproblemen bij kinderen

Bij uw kind is een evenwichtsprobleem vastgesteld aan één of beide oren. Hieronder krijgt u uitleg over evenwichtsproblemen bij kinderen. Het is belangrijk om te weten dat alle genoemde klachten kunnen voorkomen, en dat deze dus niet persé bij uw kind aanwezig hoeven te zijn of dat ze (alsnog) zullen optreden.

Evenwichtsprobleem herkennen

Een evenwichtsstoornis kan soms op jonge leeftijd al merkbaar zijn, bijvoorbeeld wanneer baby's leren omrollen, zitten of lopen. Hierbij kunnen verminderde opvang- en evenwichtsreacties er soms voor zorgen dat deze motorische ontwikkeling wat langzamer verloopt dan bij leeftijdsgenootjes.

Sommige baby's liggen niet graag op hun buik en blijven liever in rugligging spelen. Of ze blijven in een zelfde houding zitten/liggen en kunnen zich niet zelf naar een andere houding verplaatsen, bijvoorbeeld van lig tot zit, of van zit naar kruiphouding.

Soms kan het kind ook sneller struikelen of onhandiger zijn. Lopen op oneffen ondergrond of in het donker is moeilijker wanneer er een evenwichtsstoornis is.

Oudere kinderen kunnen meer moeite hebben met hand- en balvaardigheden als gevolg van een verminderde controle over het lichaam tijdens bewegingen.

Behandeling

Er zijn verschillende manieren waarop een kind geholpen kan worden in zijn/haar motorische ontwikkeling. Door baby's al vroeg te laten kennismaken met omrollen, liggen en spelen op de buik, worden ze sterker en krijgen ze een betere hoofd- en rompbalans. Ook leren ze zo met houding- en bewegingsveranderingen om te gaan. Daarnaast wordt het aangeraden om kinderen op blote voeten te laten spelen, kruipen en lopen. Op deze manier krijgt een kind meer informatie vanuit zijn voeten waardoor hij gemakkelijker het evenwicht kan bewaren tijdens staan en lopen.

Het is belangrijk om kinderen stevige schoenen aan te trekken met voldoende steun aan de hiel, liefst tot boven de enkel en met voldoende reliëf of grip onder de zool. Ook is het goed om kinderen aan te moedigen in hun motorische ontwikkeling en veel te laten spelen met bijvoorbeeld driewielers, fietsen (eventueel met zijwieltjes), steps, skateboards etcetera. Indien nodig kan er ook verwezen worden naar een kinderfysiotherapeut voor aanvullende behandeling.