



## Informatie voor ouders en verwijzers OMGAAN MET SLAAP- PROBLEMEN

De Poli Autisme Kind & Jeugd biedt diagnostiek en behandeling aan kinderen en jongeren van 4 t/m 21 jaar met (het vermoeden van) een autismespectrumstoornis waarbij het zorgaanbod er op gericht is de ontwikkeling weer op gang te helpen.

### WAT IS AUTISME?

Bij mensen met autisme werkt de informatieverwerking in de hersenen op een andere manier. Met autisme word je geboren en het blijft gedurende je hele leven een rol spelen. Het wordt niet veroorzaakt door de opvoeding. Alles wat mensen met autisme zien, horen, ruiken, proeven en voelen wordt op een andere manier verwerkt. Autisme zie je niet aan de buitenkant, maar het heeft grote invloed op iemands leven. Hoe groot en op welke manier precies verschilt per persoon en per levensfase.

### ZORGAANBOD

#### Diagnostiek

Binnen de poli wordt onderzocht of er sprake is van een stoornis in het autismespectrum. Onderzoek naar autisme

gebeurt door een onderzoeksteam, dat uit meerdere deskundigen bestaat, zoals een (GZ-) psycholoog, verpleegkundig specialist en een kinder- en jeugdpsychiater. Na het onderzoek volgt een adviesgesprek over de uitkomsten van het onderzoek en over eventuele behandelmogelijkheden.

#### Behandeling

Kinderen en jongeren met autisme kunnen op diverse terreinen vastlopen. De Poli Autisme Kind & Jeugd biedt diverse behandelmogelijkheden. De behandeling is er op gericht kinderen/jongeren en hun omgeving (ouders, het gezin, school) vaardigheden te leren, om met problemen voortkomend uit autisme om te kunnen gaan.

Een behandeltraject bij de Poli Autisme Kind & Jeugd start met uitleg over autisme voor het kind/de jongere en/of ouders. Indien nodig is er daarna, in overleg met de coördinerend behandelaar, vervolgbehandeling mogelijk.

Een van de behandelmodules is:

Bevorderen van algemeen dagelijkse vaardigheden

- Leren eten: omgaan met moeilijke eters
- Omgaan met zindelijkheidsproblematiek
- Omgaan met slaapproblemen
- Prikkelverwerking

#### Omgaan met slaapproblemen

Als een slaapprobleem bij uw kind negatieve invloed heeft op het functioneren van uw kind of het gezin, dan kan de aanpak van dit probleem een onderdeel zijn van de behandeling. Bij kinderen met ASS komen vaker slaapproblemen voor dan bij andere kinderen. Door slaapproblemen kunnen gedragsproblemen overdag verergeren, doordat gevoeligheid voor zintuiglijke prikkels toeneemt. Slaapproblemen kunnen ervoor zorgen dat kinderen overdag minder goed kunnen leren. Kinderen met slaapproblemen hebben soms meer last van ASS symptomen. Slaapproblemen zijn niet alleen beperkend voor de kinderen met ASS, ook voor de overige gezinsleden kan het erg zwaar zijn.

Er zijn verschillende soorten slaapproblemen die elk om een andere oplossing vragen. Om een goed beeld te krijgen van het slaapprobleem zal een uitgebreide vragenlijst worden afgenomen. Ook zal u worden gevraagd een slaapdagboek bij te houden van uw kind.

Bij de aanpak van slaapproblemen wordt slaapmedicatie sterk afgeraden, wegens bijwerkingen, risico op medicatieafhankelijkheid en invloed op de prestaties overdag.

De interventies die door uw behandelaar worden aangeboden gaan altijd samen met ouderbegeleiding. Allereerst is er aandacht voor een goede slaaphygiëne zoals oa. een vaste eigen slaappleaats, vaste bedtijden en optimaliseren van slaapomstandigheden. De interventies zijn vooral gericht op in- en doorslaap problemen. Voor overige slaapproblemen zal het kind meestal worden doorverwezen naar specialistische (slaap)centra. De meeste interventies zijn gericht op het wegnemen van de oorzaak waardoor het slaapprobleem in stand wordt gehouden. Bijvoorbeeld aandacht, gewoontevorming of zintuiglijke prikkels. Ook zijn er interventies die zich specifiek richten op overige factoren die samenhangen met het slaapprobleem. Bijvoorbeeld angst of gamegedrag.

Voor een indicatie van de gewenste slaapduur van kinderen wordt de volgende richtlijn aangehouden:

- Kinderen van 2 jaar oud           13 uur slaap
- Kinderen van 5 jaar oud           11 uur slaap
- Kinderen van 9 jaar oud           10 uur slaap
- Kinderen van 14 jaar oud         9 uur slaap

## EVALUATIE

Na een behandelmodule vindt een evaluatie plaats. Er wordt besproken of de behandeling moet worden voortgezet, kan worden beëindigd of kan worden overgedragen aan een andere hulpverlener, zoals het jeugd- of wijkteam.

## KOSTEN

Aan de onderzoeken of behandelingen van de Poli Autisme Kind & Jeugd (4 tot 18 jaar) zijn voor de aanvrager geen kosten verbonden. Deze kosten worden verrekend via de gemeente van het kind/de jongere. Voor jongeren van 18 jaar en ouder verloopt dit via de zorgverzekeraar. Hier kunnen wel kosten aan verbonden zijn, omdat de ziektekostenverzekering veelal een verplicht eigen risico kent.

## AANMELDEN

Om een kind aan te melden voor de Poli Autisme Kind & Jeugd is een verwijzing nodig van de huisarts, de jeugdarts,

de medisch specialist of het wijk- of jeugdteam in de gemeente waar het kind woont.

Voor meer informatie over de Poli Autisme Kind & Jeugd of vragen over aanmelden kunt u contact opnemen met het team van Yulius Aanmelding & informatie. Zij zijn van 09.00-17.00 uur bereikbaar op telefoonnummer 088 405 1111.

## ADRESGEGEVENS

### Locatie Barendrecht

Dennenhout 1  
2994 GC Barendrecht  
Tel: 088-4051801

### Locatie Dordrecht

Amazone 7  
3315 WG Dordrecht  
Tel: 088-4056860

### Locatie Gorinchem

Touwbaan 1  
4205 AB Gorinchem  
Tel: 088-4052141

## YULIUS

De Poli Autisme Kind & Jeugd is onderdeel van Yulius Kinder- en Jeugdpsychiatrie en Autisme. Yulius biedt geestelijke gezondheidszorg, speciaal onderwijs en arbeidstoeleiding aan jong en oud, ongeacht de levensfase. We bieden niet alleen behandeling, begeleiding en speciaal onderwijs, maar ook professionele hulp bij wonen en werken.

## INFORMATIE EN AANMELDEN

Yulius is bereikbaar op telefoonnummer  
088 40 50 600.

Om je aan te melden kun je het nummer van de afdeling Aanmelding & Informatie bellen:  
088 4051111 (ma t/m vr 9.00u-17.00u).

Dit is een uitgave van Yulius  
© 16-01-2020



Samen het verschil.  
Luisteren. Doen. Ontplooien