

### Wat is een billenschuiver?

Kinderen die zich op hun billen voortbewegen worden billenschuivers genoemd. Daarbij maakt hij/zij gebruik van zijn/haar benen en één of beide handen. Het billenschuiven gebeurt in de meeste gevallen in plaats van het kruipen.

### Kinderfysiotherapie

De kinderfysiotherapeut onderzoekt of het kind zich voortbeweegt op de billen op basis van een onderliggende aandoening. Veelal is er geen duidelijk aanwijsbare oorzaak voor, dan noemen we het idiopathisch billenschuiven. Deze folder richt zich enkel op de groep idiopathische billenschuivers. Tegenwoordig wordt billenschuiven als variantie van normaal gezien en zal kinderfysiotherapeutische begeleiding niet nodig zijn. Kinderfysiotherapeutische begeleiding is wel gewenst wanneer er sprake is van een achterstand in grof motorische ontwikkeling samen met hieronder benoemde kenmerken van billenschuiven. Tevens is kinderfysiotherapeutische begeleiding geïndiceerd wanneer er tekenen zijn van verminderd evenwicht, verminderde romprotaties, eenzijdige ontwikkeling of wanneer ouders meer willen weten over hun billen schuivende kind.

### Vormen van billenschuiven

#### *Symmetrisch*

Het kind maakt een gelijke voorwaartse beweging met beide benen naar voren en steunt evt. met de handen op de grond.

#### *Asymmetrisch*

Het kind zet af met één been en met één arm. Het ene been is gebogen en het andere been gestrekt.

### Kenmerken billenschuivers

Onderstaande kenmerken komen vaak voor:

- De grof motorische ontwikkeling is tot op het moment van lopen vertraagd en verloopt met weinig variatie in bewegen. De fijne motoriek is meestal goed ontwikkeld.

- Fladderbewegingen met de armen of handen of draaiende bewegingen van de voeten. Deze bewegingen kunnen (meestal) worden gezien als normale drang van het kind om voort te bewegen.
- De kinderen liggen niet graag op de buik en hebben hierdoor een verminderde ontwikkeling in buikligging.
- Afwezigheid of vermindering van draaiingen in de romp in diverse houdingen.
- Ze geven aan, verbaal en non-verbaal, dat ze opgetrokken willen worden tot zit.
- Als ze zitten willen ze graag speelgoed aangereikt krijgen, krijgen ze dit niet dan gaan ze vaak huilen, gillen of mopperen.
- Ze bewegen in zit weinig buiten hun steunvlak.
- Ze kruipen niet.
- Ze lopen vaak laat (18-30 maanden)
- De kinderen zijn vaak mentaal verder ontwikkeld dan motorisch. Dit resulteert vaak in frustratie. Gedragmatig kunnen ze dan de volgende kenmerken vertonen: schreeuwgedrag, hangerig, eenkennig, verlatingsangst en snelgeïrriteerd zijn.

### Omgevingsfactoren

Het gedrag van de ouders naar het kind toe kunnen bepaalde gedragingen van het kind in stand houden. Denk hierbij aan het kind te snel willen helpen, snel reageren als het kind huilt of schreeuwt, speelgoed aangeven in plaats van het kind zelf speelgoed laten pakken. Tevens kan weinig aanbod in bewegingsvariatie van toepassing zijn. Voorbeelden hiervan kunnen zijn: Het kind zit veel in de wipstoel of tafelstoel of er is weinig bewegingsruimte in de box.

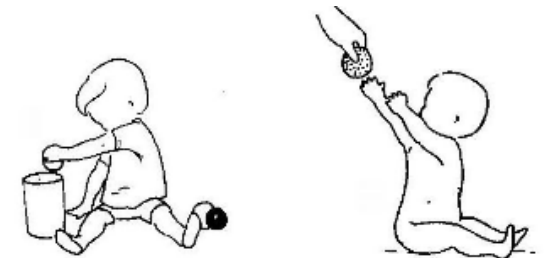
Ook is de vloer van de woning van invloed, gladde vloeren maken kruipen lastiger en hierop is billenschuiven gemakkelijker.

### Oefeningen en adviezen

- Laat het kind zelf het speelgoed pakken en geef het speelgoed niet over.
- Bied regelmatig buikligging aan maar hou het leuk; ga spelen met uw kind tijdens het oefenen bijv. spelen op uw eigen buik.



- Probeer tijdens het aan en uitkleden draaiingen aan te brengen door het kind op de zij te draaien of op de buik wanneer u zijn rug afdroogt of insmeert.
- Doe spelletjes met uw kind terwijl uw kind in zijligging ligt bijv. samen boekje lezen.
- Spelletjes in kruiphouding.
- Spelen in knieënstand bij de bank of lage tafel.
- Spelletjes waarbij de draaiingen gestimuleerd worden bijv: Uw kind zit tussen uw benen in en u geeft speelgoed aan op een afstand zodat uw kind met zijn romp moet draaien



Vervolg oefeningen en adviezen

- Draaiingen stimuleren door op schoot van links naar rechts te bewegen, zo leert uw kind de draaiingen en buiten zijn steunvlak te bewegen. Deze oefeningen zijn goed te combineren met liedjes zoals 'hop-hop-paardje' of 'schuitje varen'.



### Verhinderd

Indien uw zoon of dochter verhinderd is dient u zich *24 uur* van te voren af te melden. Zo stelt u ons in staat om in uw plaats een andere cliënt te behandelen. Belt u niet tijdig dan zijn wij genoodzaakt de gereserveerde tijd in rekening te brengen.

### Bereikbaarheid administratie / openingstijden

Voor (meer) informatie of het maken en verzetten van een afspraak kunt u ons telefonische bereiken op werkdagen tussen 8.00 - 11.30 uur of uw spreekt een bericht in op voicemail. Een e-mail sturen kan ook. Uw e-mail wordt dan, op werkdagen, in de ochtend gelezen. Iedere werkdag zijn we op alle locaties geopend. Behandeling op afspraak.

U kunt ook in de avonduren terecht en indien nodig behandeling aan huis.

## Locaties Fysiotherapie Zuidwest

### Koudum

Wjukslach 11  
8723 GC Koudum  
0514 - 52 1574

*Zorgcentrum de Finke*  
*Ambulante Zorglocatie*  
Tj. van der Walstraat 26  
8723 CC Koudum  
0514 - 52 1574


### Workum

*Sportcentrum*  
*Workum*  
Hoekseize 22  
8711 HR Workum  
0515 - 54 1967


*Zorgcentrum*  
*Nij Mariënacker*  
Mariënacker 1  
8711 CB Workum  
0515 - 54 1967  
06 - 55723203


### Makkum

*Zorgcentrum 'Avondrust'*  
*Ambulante Zorglocatie*  
Kerkeburen 66  
8754 EB Makkum  
06 - 55723203

 kantoor 0514- 521574

 [info@fysiotherapie zuidwest.nl](mailto:info@fysiotherapie zuidwest.nl)

 [www.fysiotherapie zuidwest.nl](http://www.fysiotherapie zuidwest.nl)

 Fysiotherapie Zuidwest



# Billenschuiven



**Danielle Douma – van Riet**

Kinderfysiotherapeut en ToP therapeut

**Imkje Wietske Vos – Veldhuis**

Kinderfysiotherapeut en algemeen fysiotherapeut



**Kinderfysiotherapie Zuidwest**