

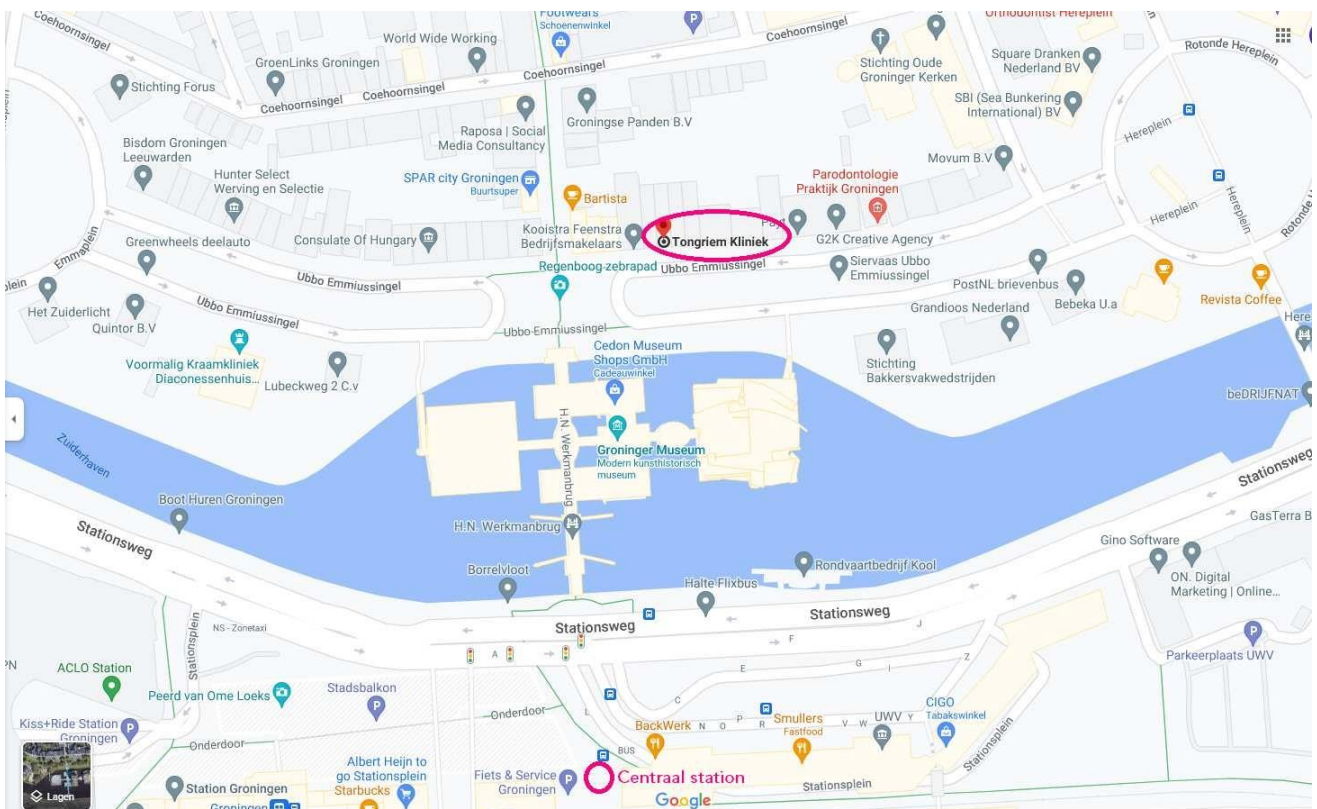


Algemene informatie Tongriem Kliniek Groningen

- Het praktijkadres is Ubbo Emmiusingel 33, 9711 BC, Groningen.
- In het centrum van Groningen geldt betaald parkeren van maandag t/m woensdag van 9:00 - 22:00 uur en van donderdag t/m zaterdag 9:00- 24:00 uur. Parkeerduur is maximaal 1 uur. Na een uur is verlenging mogelijk.

Let op het volgende:

- In verband met de beperkte ruimte liever geen kinderwagens mee naar binnen. Voorkeur gaat uit naar een maxicosi of draagdoek.
- De afspraak duurt in totaal ongeveer een half uur. De afspraak begint met een consult door de desbetreffende behandelaar. Indien behandeling nodig is, volgt er uitleg en is er ruimte voor vragen. De behandeling zelf is van zeer korte duur. Vervolgens is er ongeveer 10 minuten om te voeden met ondersteuning en advies van een lactatiekundige. Dit geldt zowel voor ouders die borstvoeding geven als voor ouders die met een fles voeden.
- Neem afgekolde melk of kunstmatige zuigelingenvoeding mee in een fles. Dit kan ook handig zijn als baby's na de ingreep niet direct aan de borst willen. Het is fijn als de voeding (warm water in thermos) al op de juiste temperatuur is.
- Voor het uitvoeren van de nazorgoefeningen zijn korte nagels wenselijk.
- Indien er vragen zijn over de wond of de nazorg, maak dan bij voorkeur na 1 week, maar binnen 2 weken een afspraak voor het nazorgspreekuur.
- Bij koorts kan de afspraak niet doorgaan. Vaccinaties rond dezelfde datum als de afspraak raden wij af.
- Foto's maken voor eigen gebruik is toegestaan, mits in overleg. Het filmen van de behandeling is niet toegestaan.
- Het consult of de behandeling wordt bij kinderen tot 18 jaar door de Tongriem Kliniek rechtstreeks bij de zorgverzekeraar gedeclareerd; u ontvangt daardoor geen factuur.





Nazorginformatie jonge kinderen 1-6 jaar

Pijn en ongemak na de behandeling

- Jonge kinderen kunnen huilerig of mopperig zijn gedurende de eerste 24-48 uur tot een paar dagen na de ingreep.
- Voor de pijnbestrijding kan indien gewenst medicatie worden gebruikt. Paracetamol geniet de voorkeur. Gebruik daarvoor de aanbevolen dosering. Raadpleeg arts/apotheek/drogist voor de juiste dosis.

Voeding

- Water, borstvoeding of kunstmatige zuigelingenvoeding mag direct na de behandeling gegeven worden.
- Wanneer je met een groter kind komt, is er wellicht al sprake van vaste voeding. Na de behandeling mag alles worden gegeten. Wellicht is eerst vloeibaar voedsel makkelijker en probeer uit of vast voedsel lukt. Als vast voedsel pijnlijk blijft, houd je nog even het gebruik van vloeibaar voedsel aan.
- In verband met de wond gaat de voorkeur uit naar koud of lauw voedsel en liever geen te heet of scherp voedsel.

Genezing

- De genezing kan enkele dagen tot enkele weken duren. De wond ziet er diamant-/ruitvormig uit. De wond lijkt eerst op een gaatje en verandert na enkele dagen; dan krijgt de wond een wit/gele kleur. De wond kan er ontstoken uitzien (zie foto's), doordat de kleur van de wond het idee van pusvorming kan geven. Dit is echter de normale genezing van de slijmvliezen en geen ontsteking.
- De wond kan soms nog een beetje nabloeden. Er kan ook wat bloed met het speeksel mengen, waardoor het meer lijkt. Bij aanraking van de wond kan deze soms weer even bloeden. Dit kan geen kwaad. Stel indien nodig de wond gedurende een aantal minuten met een gaasje of doek.
- Een zeldzame complicatie na het verwijderen van een lipband of tongriem is een nabloeding. Mocht er een nabloeding optreden, dan moet deze worden verholpen door middel van een hechting door de behandelend arts. Het is daarom van belang om voorafgaand aan de behandeling te melden of er bijzonderheden voorkomen in de familie, zoals bloedstollingproblemen. Mocht zich een nabloeding voordoen, bel dan de lactatiekundige die er bij was op het spreekuur, zodat deze de behandelend arts kan waarschuwen om de wond te hechten. Bij de Tongriem Kliniek is dit in 0,001% van de gevallen nodig geweest.
- Neem bij twijfel over de wondgenezing altijd contact op met de Tongriem Kliniek.
- Indien er vragen zijn over de wond of de nazorg, maak dan bij voorkeur na 1 week, maar binnen 2 weken een afspraak voor het nazorgspreekuur.
- Bij koorts is er iets anders aan de hand. Consulteer dan de huisarts.



Nazorg en tongoefeningen na de behandeling

De tong krijgt door de behandeling meer mogelijkheid om te bewegen, maar dit gebeurt nog niet altijd vanzelf en daardoor blijft de tong in rust vaak in zijn oude positie liggen. Dit geldt eveneens voor de bovenlip. De wondgenezing in de mond verloopt zeer snel en het kan zijn dat de tongriem en lipband weer vast gaan zitten. Indien nodig wordt de behandeling dan herhaald, maar beter is het natuurlijk om dit te voorkómen. Er vormt zich na de behandeling een nieuwe aanhechting en met het stretchen van de tong en de lip rek je die nieuwe aanhechting mee, zodat hij niet weer strak wordt. Neem bij twijfel of onduidelijkheid over hoe dit te doen contact met ons op.

Zie voor meer uitleg deze video: <https://www.youtube.com/watch?v=47uZTg04PRU>

- Was je handen en zorg voor schone en korte nagels als je met nazorg begint.
- Zorg dat je als ouder/voogd zelf ontspannen bent bij het uitvoeren van de nazorg en oefeningen, want dan ontspant je kind met jou mee.
- Zing een liedje of zet een herkenbaar muziekje op en ontspan met name je schouders.
- Verwacht niet direct verbetering; soms duurt het een aantal weken voordat er vooruitgang waarneembaar is, zeker als je kind al wat ouder is. Vergeet niet dat een baby in de baarmoeder ook al zes maanden vruchtwater dronk met tongspieren die 'vast' zaten. Vergelijk het met een been dat weer uit het gips gaat: je moet opnieuw leren lopen.
- De wondnazorg dient minstens gedurende vier weken te worden gedaan, waarbij je in de derde week afbouwt voor de lip en in de vierde week geleidelijk afbouwt voor de tong.
- Doe de oefeningen minimaal vier keer per dag (liever niet langer dan zes uur ertussen, en indien mogelijk ook 's nachts).
- De wondnazorg kan rond een voeding of maaltijd, meestal is het niet raadzaam ten tijde van het tandenpoetsen te doen, aangezien veel jonge kinderen dit al lastig genoeg vinden.
- Mogelijk vindt je kind de nazorg prettiger met koude vingers of met wat kokosolie op je vinger.
Horizontale bewegingen zijn:
Masseer ongeveer vijf à zes keer de wond van de lipband op de bovenkaak met de top van de wijsvinger van links naar rechts. Dit geldt eveneens voor de wond onder de tong waar de tongriem is losgemaakt. Kort na de ingreep kan deze eventueel licht bloeden, maar ook in de weken erna kan dit nog voorkomen, als zacht littekenweefsel door het stretchen misschien nog loskomt.
- Verticale bewegingen zijn:
Lift de lip of tong twee à drie keer met beide wijsvingers.
 - Voor de lip is het liften als het maken van een 'duckface'.
 - Zet voor het stretchen van de tongriem onder de tong de punten van je wijsvingers tegen elkaar aan. Het is belangrijk hierbij de bovenste helft van de ruitvorm van de wond op de tong echt van de mondbodem te scheiden, zodat er daadwerkelijk een stretch ontstaat. Het heeft de voorkeur om achter je baby/kind te gaan staan om vanuit die positie de tong en lip op te tillen met twee wijsvingers. Ook het achterste gedeelte van de tong moet mee omhoog.
 - Een andere liftbeweging is het maken van een "deegroller" met je wijsvinger. Met de zijkant van de vinger wordt van voor naar achter (als een letter J) de tongbasis mee omhoog gerold.



- Met name de tongriempjes die aan twee zijden vastzaten (aan de binnenkant van de onderkaak doorlopend tot onder de tong, ook wel 'Eifeltoren' genoemd) moeten extra goed in de gaten worden gehouden op teruggroei. Bij twijfel of een wondje weer vastzit, kan er weer naar worden gekeken. Neem contact op met de lactatiekundige die bij jullie was na de behandeling of stuur een e-mail naar info@tongriem.com.

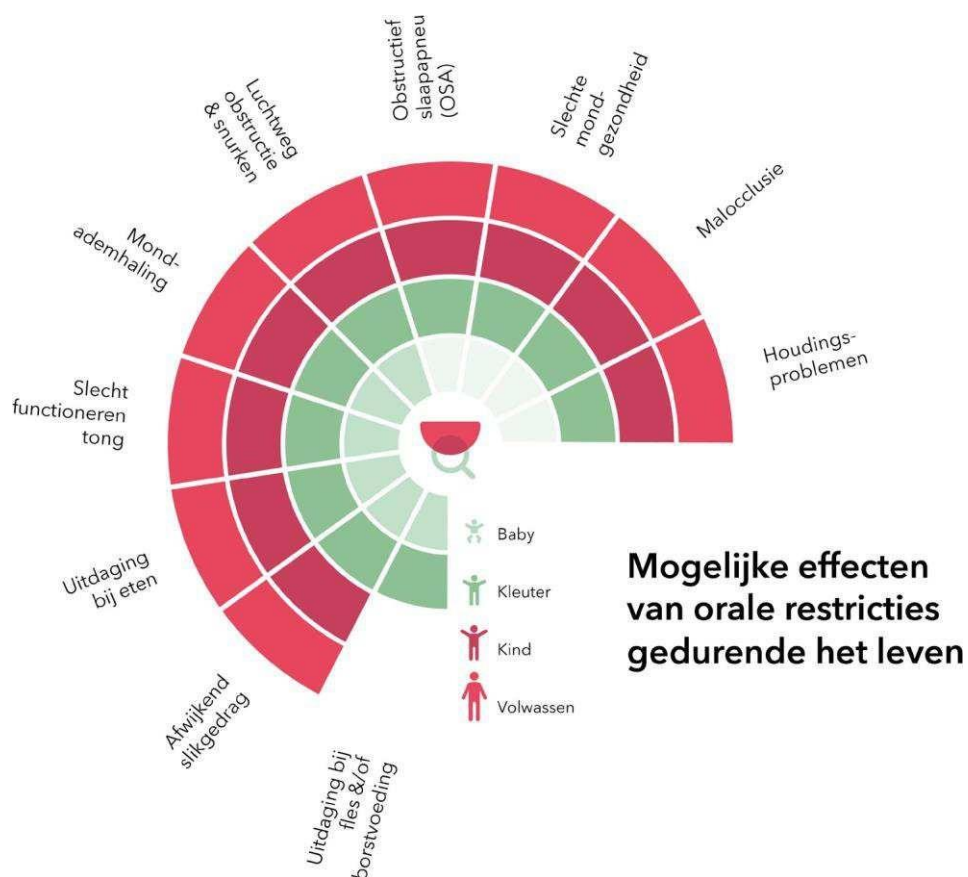
Voor meer informatie over nazorg kun je deze pagina lezen: <https://www.tongriem.com/faq-cat/nazorg/>

Compensatiegedrag

Soms heeft een kind flink moeten compenseren om te kunnen drinken, eten en slikken. Lees dan deze FAQ over hoe je het compensatiegedrag kunt helpen verminderen: <https://www.tongriem.com/faq-cat/compensatiegedrag/>

- Door een strakke tongriem kan het zijn dat spieren in het mond-, keel-, hals- en schoudergebied flink hebben meegedaan om toch te kunnen eten, drinken en slikken. Door dat compenseren kunnen blokkades zijn ontstaan. Als er geen verbeteringen worden opgemerkt, kan het zijn dat een kind last heeft van spanning in die spieren. In de mond kan gedacht worden aan de hulp van een logopediste of OMFT (oromyofunctioneel therapie) therapeut. www.omft.info
Andere voorbeelden zijn asymmetrie en een verkeerde houding. Bij blijvende problemen na het verwijderen van een lipband of tongriem kan het raadzaam zijn deskundigen op dit gebied te raadplegen en dan kan een aanvullende lichamelijke therapie ondersteuning bieden.

Een strakke tongriem en/of lipband kan gedurende het hele leven effect hebben:





Oefeningen voor een jong kind:

Het is altijd raadzaam de oefeningen van de eigen behandelend logopediste of OMFT (oromyofunctionele therapie) te volgen. Zie www.omft.info

Belangrijk is het gebit goed schoon te houden. De tanden kunnen gewoon worden gepoetst.

Oefening voor de tong zijn:

- Uitsteken van de tong en daarbij omhoog en omlaag bewegen;
- Uitsteken van de tong en daarbij van links naar rechts bewegen;
- Tong uitsteken, 10 x;
- Tong van links naar rechts, 10 x;
- Tongpunt van bovenlip naar onderlip, 10 x;
- Aanzuigen tegen gehemelte, 10 tellen vasthouden.

Oefeningen met eten zijn:

- Een snor maken van iets plakkerigs zoals smeerkaas, jam, pindakaas, etc en dit met de tong proberen weg te likken.
- In de mondhoeken iets plakkerigs smeren zoals smeerkaas, jam, pindakaas, etc en dit met de tong proberen weg te likken.
- Aan het gehemelte iets plakkerigs smeren zoals geprakte banaan, e.d. om de liftende beweging van de tong naar het gehemelte te stimuleren.
- Aan een ijsje of ander voorwerp likken of zuigen om actief bewegen van de tong te stimuleren;