

## Excessief huilen

**Als huisarts ziet u mogelijk met enige regelmaat bezorgde ouders op uw spreekuur met een baby die veel huilt. Het is belangrijk om te weten welke stappen u hierbij kunt nemen en welke informatie u kunt geven aan deze ouders.**

### Huilen

Huilen is een normaal onderdeel van gedrag bij baby's. Vanaf de geboorte neemt de totale duur van het huilen langzaam toe. Rond de leeftijd van 6-8 weken wordt er een piek bereikt van gemiddeld 2,5 uur huilen per dag.

### Oorzaken

Indien een baby goed groeit en zich goed ontwikkelt, is er bij excessief huilen zelden (<5%) sprake van een somatische oorzaak. Met een goede anamnese en lichamelijk onderzoek kunnen vrijwel alle somatische oorzaken van huilen worden uitgesloten. Aanvullend onderzoek is niet nodig. Vaak speelt overprikkeling ten gevolge van slaapttekort, verstoorde zelfregulatie en verstoorde interactie tussen ouders en kind door het excessief huilen een rol in het ontstaan en aanhouden van het huilen.

### (Verborgen) reflux en medicatie

Baby's spugen makkelijk, maar zolang de groei goed is, is dit normaal. Er is bij onderzoek geen relatie aangetoond tussen het optreden van reflux en huilen. Daarnaast zijn er verschillende studies die laten zien dat het geven van een H2-receptor antagonist of een PPI geen effect heeft op huilen en/of spugen, wel zijn er zowel korte als lange termijn bijwerkingen beschreven. Er is geen indicatie om deze medicatie voor te schrijven aan gezonde baby's die excessief huilen.

Geregeld worden baby's die veel huilen overvoed, de normale hoeveelheid voeding voor een zuigeling is 150-200 ml/kg, met een maximum van 1000 ml/dg.

### Koemelkeiwitallergie

Bij <10% van de kinderen die excessief huilen is koemelkeiwitallergie de oorzaak. Derhalve dient men terughoudend te zijn met het starten van koemelkvrije voeding. Indien er meerdere klachten zijn passend bij een koemelkeiwitallergie en de gezinsanamnese positief is voor atopie kan koemelkvrije voeding overwogen worden.

### Wat kun je doen?

Het is belangrijk dat ouders gerustgesteld worden en dat er uitleg wordt gegeven over de oorzaken van huilen. Medicatie en voedingswisselingen zijn niet zinvol.

Rust, regelmaat en inbakeren hebben goed effect op het huilen.

Het CJG kan hier hulp in bieden. Ouders kunnen hiernaar verwezen worden voor hulp en begeleiding, indien nodig kan het CJG ook doorverwijzen voor extra begeleiding thuis.

### Wanneer naar de kinderarts?

Indien de baby niet goed groeit of zich niet goed ontwikkelt, is dat een reden voor verwijzing naar de kinderarts. Er is geen indicatie om baby's die excessief huilen, goed groeien en zich normaal ontwikkelen te verwijzen naar de kinderarts.

Indien er zorgen zijn over de veiligheid thuis dan kan er altijd (met spoed) overlegd worden met de dienstdoende kinderarts.

### *Wat je kunt doen als huisarts:*

- Anamnese en lichamelijk onderzoek ter uitsluiting somatiek.
- Ouders geruststellen over lichamelijk oorzaak.
- Verwijzen naar CJG voor verdere begeleiding.
- Verwijzen naar de kinderarts bij onvoldoende groei/ontwikkeling of zorgen over de veiligheid thuis.

### *Wat je beter niet kunt doen:*

- Starten met medicatie (H2-receptor antagonist of PPI).
- Onnodig switchen van voeding.
- Indien er geen zorgen zijn over groei, ontwikkeling en veiligheid in de thuissituatie is verwijzing naar de kinderarts niet nodig.

## Excessief huilen

Info:

[https://www.cjgalphenaandenrijn.nl/showsite.asp?title=pagina/baby/gedrag/huilen/normaal-huilen/568452&map\\_id=568452](https://www.cjgalphenaandenrijn.nl/showsite.asp?title=pagina/baby/gedrag/huilen/normaal-huilen/568452&map_id=568452)