

Stresstest voor de allerkleintjes?

Het NCJ is onlangs het Healthy EARly Life Start (HEALS) project gestart. Het project richt zich op vinden van nieuwe wegen om chronische stress in de eerste levensjaren te verminderen. Samen met vijf universiteiten en twee afdelingen van TNO heeft het NCJ een aanvraag ingediend voor onderzoek naar chronische stress bij heel jonge kinderen. In dat onderzoek kunnen verloskundigen, kraamverzorgenden en de jeugdgezondheidszorg ook een rol spelen. In de toelichting op dit initiatief kwam in enkele media het idee voor een stresstest op peuterleeftijd naar voren (zie bijv. [hier](#)). Hoewel IMH-professionals de belangstelling voor hun doelgroep verwelkomen, riep de stresstestsuggestie vragen op. Daarom heeft de DAIMH via de kerngroep 1001 Kritieke Dagen duidelijk gemaakt dat dit niet de juiste invalshoek is. De reactie is opgesteld samen met het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie en Medisch Orthopedagogisch Centrum 't Kabouterhuis.

Invloed van stress

Stress is cruciaal voor ontwikkeling en voor ons functioneren. Zonder (gewone) stress en frustratie, geen uitdaging om nieuwe vaardigheden te ontdekken en te ontwikkelen. Chronische stress is stress die niet afneemt en/of zich vaak herhaalt. Wanneer dit door een jong kind wordt ervaren, zonder bescherming of buffer van (fysiek en emotioneel) beschikbare ouders, wordt de stress toxisch.

Toxische stress is schadelijk voor de ontwikkeling van jonge (ongeboren) kinderen. Het stresssysteem, het jonge brein, de regulatie van slapen, eten, emoties, sociale relaties en het vermogen om te leren kunnen erdoor verstoord raken. Op de langere termijn kan het leiden tot verhoogde lichamelijke en psychische gezondheidsrisico's. Toxische stress kan ontstaan door het meemaken van ingrijpende ervaringen (Adverse Childhood Experiences, ACE study en Early Life Stress, ELS), zoals bijvoorbeeld kindermishandeling, emotionele verwaarlozing, armoede, of psychische problemen van ouders.

Stresstest geen oplossing

De oproep om kinderen (en ouders) te beschermen tegen Early Life Stress is zeer terecht. Maar de grote vraag is hoe dit te bereiken. Een stresstest via cortisolmeting bij dreumesen is niet de oplossing. Een 'slechte score' kan een zoveelste faalervaring betekenen voor ouders, terwijl niet eens zeker is wat de uitslag van de test precies betekent.

Hoewel er een verband is tussen vroegkinderlijke stress en verhoogde cortisolniveaus, gaan deze onderzoeksresultaten over groepsgemiddelden. Daarmee kunnen geen uitspraken worden gedaan over individuele gevallen. Bovendien is er ook een verband gevonden tussen stress en verlaagde cortisolniveaus, en zijn factoren als infectie en medicatie van invloed.

De invloed van Early Life Stress is afhankelijk van vele op elkaar inwerkende factoren, in het kind, de ouders, de relatie tussen ouders en het kind, het gezin als geheel, de buurt, maar ook de maatschappij en cultuur. Het risico van de nadruk leggen op Early Life Stress in de vorm van stress-kenmerken bij het kind, is dat er niet gekeken wordt naar belangrijke factoren in de omgeving van het kind.

Denk daarbij aan ouders die niet goed in staat blijken om het kind te beschermen tegen stress, door hun eigen stress, traumatische ervaringen of problemen op lichamelijk, psychisch en sociaal gebied, en/of door het leven in een onveilige buurt, in armoede, en met slechte huisvesting.

Wat dan wel?

Om de kans op structurele stress bij jonge kinderen te signaleren en te verminderen, moet er aandacht zijn voor de zwangere, het kind en de ouders in de context waarbinnen zij leven. Inclusief problemen bij ouders, in de omgeving, in het verleden en het heden, en inclusief veerkracht.

De schrijvers van de reactie aan het NCJ pleiten dan ook voor samenwerking van organisaties en professionals in het lichamelijke, psychische en sociale domein van het jonge kind en diens gezin.

Ook is het van belang dat kennis over vroegkinderlijke stress breed verspreid wordt, zodat ouders, opvoeders, verloskundigen en gynaecologen, kraamzorg, wijkteams, kinderdagverblijf-medewerkers, leerkrachten, jeugd- en kinderartsen, kinderpsychiaters, kinder- en jeugdpsychologen, pedagogen en de gemeente kunnen bijdragen aan preventie, vroegsignalering en integrale interventies op maat.

Investeren in meer wetenschappelijk onderzoek is belangrijk, maar bij voorkeur in combinatie met *integraal*beleid rondom het gezin.

Het zou mooi zijn als de presentatie van [Early Life Stress door het NCJ in 2019](#) een belangrijke stap vormt in deze samenwerking en interdisciplinaire kennisoverdracht.

Meer informatie

- [Overzicht literatuur ter onderbouwing van het bericht over de stresstest](#) (pdf)
- [Persbericht van NCJ \(15-11-2018\)](#)