

## Om te zien

### Spuitjes

Iedereen heeft wel eens een prik gehad. Deze spuiten worden bijvoorbeeld gebruikt om medicijnen in te spuiten. Voor jouw veiligheid zitten er geen naalden aan.



### Infuusnaald

Voor jouw veiligheid zit er geen naald in deze infuusnaald. Haal het plastic kokertje van de naald af. Je ziet nu een dun infuusslangetje. Dit slangetje wordt, door de naald, in de ader van je hand geprikt.



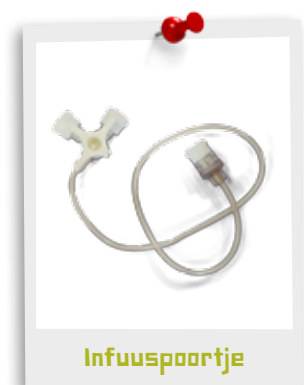
### Infuuspleister

Over de infuusnaald komt de infuuspleister. Deze houdt de naald op z'n plaats.



### Infuuspoortje

Aan de ene kant van het infuuspoortje komt de infuusnaald. Aan de andere kant komt het medicijn. Door het poortje open te draaien loopt het medicijn, via het dunne slangetje van de infuusnaald, de ader in.



---

### Vernevelingskapje

Het vernevelingskapje krijg je op als je het benauwd hebt. Aan de onderkant wordt een apparaat gekoppeld. Dat apparaat geeft medicijnen. Die komen als nevel, dat lijkt op stoom, in het kapje. Door rustig in en uit te ademen komen de medicijnen in je longen. Daardoor heb je het snel minder benauwd.



Vernevelingskapje

---

### Poep- en plaspotje

Als je onderzocht wordt, moet je vaak een beetje poep en/of plas inleveren. In het laboratorium onderzoeken ze dat. Soms kunnen ze aan je poep of plas zien wat er met je aan de hand is. Het doorzichtige potje is voor plas. Het potje met een schepje in de deksel is voor poep. Met dit schepje kun je de poep in het potje scheppen.



Poep- en plaspotje

---

### Spatel en wattenstokje

Met de houten spatel kun je je tong naar beneden duwen. Dat gebeurt als de dokter of verpleegkundige in je keel wil kijken. Je tong zit dan in de weg. Met de houten spatel drukken ze je tong zachtjes naar beneden. Zo kunnen ze in je keel kijken. Soms moet er speeksel uit je mond of keel gehaald worden. Daar gebruiken ze de lange wattenstok voor.



Spatel en wattenstokje

---

### Medicijnbekertje

Sommige medicijnen zitten in een drankje. Meestal hoef je daar maar een klein beetje van te drinken. Als je goed op het medicijnbekertje kijkt, zie je daar streepjes en cijfers op staan. De verpleegkundige meet bijvoorbeeld vijf milliliter van een drankje af. Zie jij hoeveel dat is?



Medicijnbekertje

---

### Matras

Bij sommige onderzoeken kan er bloed, speeksel, poep of plas op het bed van de dagbehandeling komen. Dat is niet zo fris. Daarom legt een verpleegkundige een matrasje onder het kind. Dan komt het op het matrasje en dat kan zo in de prullenbak.



---

### Bakje

Als een kind misselijk is, krijgt het zo'n bakje naast zich. Daar kan het in spugen. Het bakje wordt ook gebruikt om bijvoorbeeld alle spulletjes voor het infuus in mee te nemen.



---

### Smoeltje (mondkapje) en handschoenen

Elk mens heeft bacteriën bij zich. Dat zijn kleine 'beestjes'. Van sommige beestjes kun je ziek worden. Bacteriën kunnen van de ene mens overgaan naar een ander mens. Bijvoorbeeld door elkaar aan te raken. Of door te niezen, te hoesten en dicht bij iemand te ademen.

Als een dokter of verpleegkundige je onderzoekt, prikt, een infuus aanlegt of bijvoorbeeld een wond schoonmaakt, trekken ze handschoenen aan en doen ze soms een smoeltje voor. Zo kan er geen bloed, poep of plas aan hun handen komen en kunnen de bacteriën uit hun mond niet door niezen, hoesten of ademen bij het kind komen.



---

### **Toverpleister**

Een toverpleister zorgt ervoor dat je nog maar heel weinig van een prikje voelt.



**Toverpleister**

---

### **Tandplaksnoepjes**

Deze 'snoepjes' ontdekken tandplak in je gebit. Als er tandplak zit, krijgen je tanden een roze of blauwe kleur.



**Tandplaksnoepjes**



## Om te doen (proefjes)

In de spreekbeurtkoffer zit een doos met spullen waarmee je proefjes kunt doen. 'Om te doen' staat erop. De proefjes kun jij voor de klas voordoen. Soms kunnen een paar kinderen, of zelfs je hele klas, meedoen.

### Tandartsspiegeltjes en handspiegels

Dit proefje is bedacht door Reza, de tandarts van DeKinderkliniek. Hij vindt het belangrijk dat kinderen goed poetsen en goed naar hun eigen gebit kijken.

Geef elk kind uit je klas een tandartsspiegeltje. Vertel dat ze die mogen houden. Vertel ook dat ze alleen in hun eigen mond mogen kijken met hun eigen spiegelje. Het is erg onhygiënisch om met een tandartsspiegeltje in verschillende monden te zitten...

Geef vier kinderen ook de handspiegels. Zij kunnen nu de binnenkant van hun gebit bekijken.

Je kunt de volgende opdrachten geven:

- Tel eerst je tanden en kiezen. Hoeveel heb je er in de bovenkaak? En onder?
- Welke tanden en kiezen zijn al gewisseld?
- In welke tanden en kiezen zit een vulling?
- Welke plekjes zijn moeilijk te bereiken voor de tandenborstel?
- Waar is het niet zo schoon? Waar wel?

Als iemand klaar is met het handspiegelje, geeft die het door aan een ander.

### Dikke en dunne rietjes (astma)

Hoe het voelt om astma te hebben, kun je een beetje ervaren met de rietjes. Geef twee kinderen een dik rietje en laat ze een minuut heel rustig in- en uitademen. Laat ze daarna een minuut ademen door het dunne rietje. Vraag hierna hoe ze het ervaren hebben. Wat was het verschil?

Het ademen door het dunne rietje lijkt een beetje op ademen als je astma hebt: het gaat moeilijker en je zou eigenlijk meer adem willen hebben dan er door het rietje past.

### Ballon (astma)

Met een ballon kun je laten zien wat astma is. Blaas de ballon voor de klas op. Laat de ballon los.

Hij loopt heel snel leeg en vliegt weg. Blaas de ballon weer op. Houd de hals vast en trek deze uit elkaar.

De ballon gaat piepen en loopt heel langzaam leeg. Hoe harder je trekt, hoe kleiner de hals, hoe langzamer de ballon leegloopt. De luchtwegen van iemand met gezonde longen kun je vergelijken met de ballon die je ineens loslaat. De lucht kan makkelijk weg.

De luchtwegen van iemand met astma kun je vergelijken met de ballon waar je de hals van uit elkaar trekt. De lucht kan moeilijk weg. Het gaat piepen en het duurt lang voor de ballon leeg is.



### **Bellenblaas (buikpijn)**

Vraag een klasgenoot om je bij dit proefje te helpen. Die komt naast jou staan.

Alle kinderen gaan nu hun bilspieren aanspannen en hun kringspier. De kringspier - het poepgaatje - zorgt ervoor dat je poep niet zomaar uit je lijf loopt. Hij is bijna altijd aangespannen, behalve als je hem ontspant op de wc.

De klasgenoot die je helpt bij deze proef krijgt een busje bellenblaas. Vraag om bellen te gaan blazen. Lukt dat? Vraag dan om tegelijkertijd de kringspier aan te spannen. Je klasgenoot zal merken dat dat bijna niet lukt!

Dit proefje is bedacht door Fatima van de buikpijnpoli. Soms krijgen kinderen een klyisma (spreek uit: klisma). Dat helpt als je ontlasting (poep) niet vanzelf eruit komt. Zo'n klyisma inbrengen is spannend. Hij moet langs je kringspier. Als die ontspannen is, gaat het inbrengen makkelijker. Fatima bedacht dat kinderen die een klyisma krijgen, mogen bellenblazen tijdens het inbrengen. Dan lukt het veel beter om hun kringspier ontspannen te houden.

### **Stethoscoop (hart)**

Weet je waaraan je in DeKinderkliniek ziet of iemand een dokter is? Aan zijn kleding? Mis!

Aan de stethoscoop. De dokters in DeKinderkliniek hebben hun eigen kleding aan, maar hebben ook bijna allemaal een stethoscoop bij zich.

Weet je waar je een stethoscoop voor gebruikt? Je kunt er iemands hartslag of luchtwegen mee horen. Vraag een klasgenoot of je naar zijn of haar hartslag mag luisteren. Leg de stethoscoop op de plaats waar het hart zit. Weet je waar dat is? Als je tegenover iemand staat rechts, ter hoogte van de borst. Luister naar het hart. Wat hoor je? Ga nu eens twee rondjes rennen. Hoe is je hartslag daarna? Als het mag van je juf of meester, kan de stethoscoop een tijdje in de klas blijven liggen. Je klasgenoten en jij kunnen dan naar elkaars hartslag luisteren.



### Stappenteller (obesitas)

In de obesitaspoli komen kinderen die te zwaar zijn. Een van de dingen die kan helpen om een gezonder gewicht te krijgen, is elke dag genoeg stappen zetten. Met dit proefje kunnen kinderen erachter komen of zij genoeg stappen zetten.

Geef de stappentellers aan twee kinderen. Spreek met één kind af dat hij of zij zoveel mogelijk beweegt. Dus een keer naar het toilet lopen onder de les (alleen als dat mag bij jullie op school), rennen in de pauze enzovoorts.

Spreek met het andere kind af dat hij of zij zo min mogelijk beweegt. Niet (of zo min mogelijk) naar het toilet, een ander kind voor hem of haar spullen laten pakken, in de pauze ergens gaan zitten.

Kijk aan het einde van de ochtend of middag hoeveel stappen er op de twee stappentellers staan. Schrijf de twee getallen op het bord.

Voor je gezondheid is het belangrijk om genoeg te bewegen. Per dag moet je ongeveer 13.000 stappen doen. Op een ochtend of middag op school zou je dus minstens 4000 stappen moeten zetten. Is dat gelukt? Bedenk met elkaar hoe je op school meer zou kunnen bewegen. Voer dat plan uit. Twee kinderen dragen de stappenteller. Hebben ze meer stappen gezet dan hun klasgenoten de vorige keer?

